

École Supérieure

Domaine Social Valais

Mémoire pour l'obtention du diplôme ES  
de maîtresse socioprofessionnelle

**Les problèmes d'hygiène chez certains adolescents**

Enquête basée sur la problématique de l'hygiène d'adolescents  
du Semestre de Motivation de Monthey

**Samantha Calabro**

Référent thématique : Régis Volluz

Filière ES - Formation PTA - Promotion 2015

Année académique 2015 - 2018

Sion, avril 2018

## **Résumé de la recherche**

Cette recherche consiste à comprendre d'où proviennent les problèmes d'hygiène chez un adolescent. J'ai dirigé cette recherche autour de trois axes : la biologie, la psychologie et au niveau de la société.

Ces travaux m'ont permis de conclure qu'il n'y a pas qu'une seule réponse à la question de départ mais que ces trois axes sont en effet complémentaires quant à la question de savoir comment les adolescents gèrent leur hygiène corporelle. Cela commence par l'aspect biologique, au niveau des hormones et des changements consécutifs. Puis, suit le niveau psychologique qui, avec une basse estime de soi ainsi qu'un rapport compliqué avec son corps, engendre des difficultés chez l'adolescent à prendre soin de soi. La société, ainsi que l'entourage direct de l'adolescent, jouent également un rôle lors de la quête de soi et de son image.

## **Mots-clés**

Hygiène corporelle - Adolescents SEMO - Biologie - Psychologie - Société

## **Avertissement**

« Les opinions émises dans ce mémoire n'engagent que son auteure »

## **Remerciements**

Je remercie Régis Volluz pour son accompagnement et sa disponibilité, les jeunes du SEMO pour leur participation, Marie-Madeleine Rappaz pour sa relecture et deux infirmières scolaires du Bas-Valais qui n'ont pas souhaité que leurs noms soient mentionnés.

## **En mémoire de**

Déborah Wiedmer, partie trop vite, et à qui il tenait à cœur de travailler ce thème.

## Table des matières

1.	Introduction .....	1
1.1	Cadre de la recherche.....	1
1.1.1	Illustration.....	1
1.1.2	Intérêt présenté par la recherche.....	2
1.1.3	Difficultés liées à la thématique .....	2
1.1.4	Les objectifs de recherche.....	3
1.2	Problématique de la thématique .....	3
1.3	Concepts généraux .....	4
1.3.1	L'hygiène : son histoire et ses normes .....	4
1.3.2	L'hygiène et les adolescents .....	5
1.3.3	Effets psychologiques concernant les adolescents.....	6
1.3.4	Effets biologiques concernant les adolescents .....	7
1.3.5	L'adolescent et l'estime de soi.....	7
1.3.6	L'adolescent et la société .....	8
1.3.7	Actions socio-professionnelles : l'accompagnement et le travailleur social.....	8
1.4	Méthodologie de la recherche .....	9
1.4.1	Difficultés rencontrées lors de la recherche.....	9
1.4.2	Terrain de recherche .....	10
1.4.3	Méthodes de recherche.....	10
1.4.4	Méthodes de recueil de données et résultats .....	11
2.	Développement .....	12
2.1	L'adolescent et les problèmes d'hygiène liés à la biologie .....	12
2.1.1	L'hygiène, sa signification .....	12
2.1.2	Changements hormonaux chez les adolescents : que sont-ils ? .....	13
2.1.3	La puberté physique à l'adolescence .....	14
2.1.4	Alimentation / Haleine, qu'engendrent-elles au niveau biologique ? .....	14
2.1.5	Apparence fille-garçon et séduction .....	15
2.1.6	Synthèse liée à la biologie.....	16
2.2	L'adolescent et les problèmes d'hygiène liés au côté psychologique.....	16
2.2.1	L'estime de soi chez les adolescents .....	16
2.2.2	Le rapport et la confrontation à son corps .....	17
2.2.3	Conserver son odeur, est-ce une façon de se rassurer ? .....	19
2.2.4	Le rejet de soi lors de la métamorphose du corps .....	19
2.2.5	Rébellion contre le passage enfant-adulte de son corps .....	20
2.2.6	Désaccord avec les parents .....	21

2.2.7	Le corps est-il un langage, une manière de s'exprimer ?.....	23
2.2.8	Synthèse liée à la psychologie .....	24
2.3	L'adolescent et les problèmes d'hygiène liés à la société .....	25
2.3.1	Revenus faibles dans les familles.....	25
2.3.2	Les grandes familles .....	26
2.3.3	Le look et l'influence du groupe de pairs .....	27
2.3.4	Synthèse liée à la société.....	28
2.4	Synthèse finale : réponse à la question de départ .....	29
3.	Conclusion .....	31
3.1	Limites du travail .....	31
3.2	Perspectives et pistes d'action professionnelles .....	31
3.3	Conclusion personnelle .....	32
4.	Bibliographie .....	34
5.	Annexes .....	A
	A : Corps d'hypothèse.....	A
	B : Guide d'entretien .....	B
	C : Exemple de grilles de dépouillement .....	C

# 1. Introduction

---

## 1.1 Cadre de la recherche

### 1.1.1 Illustration

Travaillant au Semestre de Motivation de Monthey depuis trois ans environ, je me demandais ce que je pourrais envisager comme travail de mémoire en ce qui concerne les adolescents que j'accompagne. Le fait de travailler avec des jeunes m'a fait prendre conscience que mon mémoire devait les concerner. Notre travail et notre but premier au sein de notre institution est d'accompagner les participants, tant sur le plan du savoir, du savoir-être que du savoir-faire afin qu'ils puissent entrer au mieux dans le monde professionnel.

Je rencontre plus de 60 jeunes par année et travailler à leur côté en tant que maîtresse socio-professionnelle (MSP) me fait réaliser que beaucoup d'adolescents rencontrent des problèmes très divers. Cet accompagnement n'est pas superficiel et je pense que leur passage au SEMO laissera des traces leur vie durant. En tant que professionnelle qui les guide, je pense être un point clé pour leur avenir. Ma manière et celle de mes collègues de travailler, d'être avec eux peuvent modifier le chemin que ces adolescents prennent. Il est vrai que le fait d'être en pleine adolescence et de rencontrer des gens tels que nous peut être important pour eux. Je me vois quand j'avais leur âge et souvent je me dis que j'aurais voulu rencontrer des professionnels, tels que les collaborateurs qui travaillent au Semestre de Motivation, afin de prendre le bon chemin et affronter certaines problématiques.

J'admire énormément ces adolescents car il est vrai que ce passage vers l'âge adulte amène beaucoup de changements, que ce soit au point de vue hormonal, avec le corps qui change, qui se modifie et qui, pour certains peut engendrer des complications, également au point de vue psychologique. C'est un âge où l'adolescent est amené à prendre des décisions, à affronter la vie et à surmonter des moments difficiles. L'adolescence est un moment important pour se créer une identité, une image qui va durer plus ou moins longtemps. C'est l'époque où l'on rencontre d'autres personnes, on se crée un groupe de pairs, un look, une image. L'estime de soi se construit ou se dégrade : je crois que cette période est un moment très délicat.

Je me rends compte, comme dit plus haut, que la puberté est un passage difficile pour certains. J'ai constaté, en tant que MSP dans un atelier du Semestre de Motivation, que certains « jeunes<sup>1</sup> » souffrent d'un manque d'hygiène caractérisé. Effectivement, certains ont des odeurs corporelles désagréables, d'autres viennent avec des vêtements tachés ou inappropriés à la saison, d'autres encore avec des cheveux gras et mal coiffés. Il est arrivé que nous demandions à un participant de rentrer chez lui pour se doucher ou changer de vêtements, tant l'odeur était forte.

De ce fait, je veux consacrer mes recherches sur la problématique de l'hygiène, comprendre comment un adolescent s'y retrouve confronté. Je pense qu'en tant que MSP, avant de pouvoir les accompagner correctement en rapport avec un manque d'hygiène, il me faut d'abord savoir comment ces problèmes apparaissent.

---

<sup>1</sup> « Jeune » est, dans ce document, une appellation qui désigne les participants du SEMO

### 1.1.2 Intérêt présenté par la recherche

Je travaille avec des adolescents de 15 à 24 ans environ. J'ai personnellement eu une mauvaise expérience au niveau de l'hygiène lorsque j'avais seize ans, durant mon premier apprentissage. Effectivement, à la puberté, je n'ai pas eu d'acné mais par contre je transpirais énormément des aisselles, ce qui provoquait de fortes odeurs et, suivant le vêtement que je portais, cela se voyait. Mon employeur m'en avait fait part d'une manière très abrupte et blessante, ce qui a provoqué un profond mal être en moi. Cela a d'ailleurs été un élément décisif lorsque j'ai décidé de quitter ma place d'apprentissage.

Maintenant, en tant que responsable de mon atelier, je constate qu'un grand nombre de jeunes souffrent d'un manque d'hygiène et j'ai moi-même de la difficulté à travailler à leur côté. C'est pour cela qu'avec du recul, je constate que mon ancien employeur avait de bonnes raisons de m'en faire part. Mais s'était-il seulement interrogé par quels moments difficiles je passais vis-à-vis de ce problème ? S'est-il demandé comment et d'où provenaient ces fortes transpirations ? S'est-il inquiété de savoir comment je me sentais, a-t-il essayé de comprendre ou de m'aider ? Non, c'est pour cela que je peux comprendre ce que peuvent ressentir certains jeunes, surtout par rapport à la transpiration excessive et aux odeurs gênantes. Moi, je veux agir différemment avec les participants, je veux les aider de la meilleure des manières. Et pour pouvoir aider, je veux d'abord comprendre.

Il est toutefois difficile d'aborder ce sujet sans blesser ou mettre mal à l'aise le jeune, raison pour laquelle, j'espère beaucoup de ce travail de recherche. Comprendre d'où viennent les problèmes d'hygiène m'aidera à mieux accompagner les jeunes et les aider à évoluer correctement.

Je constate, d'autre part qu'un grand nombre de mes collègues ont également de la difficulté à collaborer avec les participants qui ont un manque d'hygiène et à leur en parler. C'est un sujet un peu gênant. Lorsque nous abordons ce sujet entre collègues, on ne va pas forcément creuser plus loin ou se demander quel impact nos remarques pourraient avoir. C'est pour cela, je pense, que si nous sommes un peu plus conscients et au courant de comment ces problèmes d'hygiène surgissent, nous pourrions avoir un impact positif et aider les jeunes à mieux affronter ce passage.

J'ai pu constater que les participants qui ont cette problématique - cheveux gras, odeurs désagréables, transpiration excessive, vêtements déchirés ou hors saison - sont mis de côté et raillés par certains de leurs camarades.

### 1.1.3 Difficultés liées à la thématique

- Limites pratiques

Pour des questions de temps et pour baser ma recherche sur des éléments concrets, je vais limiter ma recherche au sein du Semestre de Motivation de Monthey. Douze participants, un MSP ainsi que deux professionnelles de la santé seront concernés.

Je me suis entretenu avec les participants qui ont des problèmes d'odeurs, de transpiration, des cheveux gras, d'habits inadéquats ou du surpoids et de plus, avec des infirmières scolaires qui constatent ces genres de problèmes. Ensuite, je me suis référée à un guide d'entretien (CF. annexe) préalablement construit. J'ai commencé à parler avec les participants de mon atelier qui peuvent rencontrer des problèmes. Pour arriver à 12 entretiens, j'ai aussi demandé à mes collègues qui ont rencontré ces problèmes avec des jeunes de leurs ateliers de pouvoir m'entretenir avec eux-ci. Mon but était concrètement de

faire mes recherches au sein de mon institution seulement et de rester dans la région pour les entretiens concernant les infirmières.

Mais aborder ce sujet avec les jeunes concernés n'est pas chose facile. Certains ne sont même pas au courant qu'ils ont ces manques d'hygiène. Pour d'autres, c'est clairement une évidence mais c'est un sujet tabou dont il est difficile de parler. Cela peut, de plus, toucher leur estime de soi. En tant que MSP il faut également créer un lien assez fort avec les participants, sinon les confronter à un tel sujet pourrait les faire fuir ou casser le lien de confiance qui s'était créé. C'est pour cela que je m'aperçois que ce travail de recherche est délicat et qu'il faut que je le mène avec une bonne stratégie et avec une certaine minutie.

- Limites théoriques

Mises à part ces complications sur le terrain, la théorie sur le sujet est également difficile à trouver. Je n'ai malheureusement pas réussi à exploiter beaucoup d'ouvrages concernant les ados et le manque d'hygiène. J'ai décidé de ne m'attarder que sur l'hygiène corporelle et non sur l'hygiène de vie. Je me limite aussi seulement au secteur du cadre du SEMO, en laissant les autres secteurs de vie, tels que dans les loisirs ou le sport par exemple. Je vais faire mes recherches sur les trois causes principales, qui à mon sens méritent d'être exploitées soit, la biologie, la psychologie et la société.

#### 1.1.4 Les objectifs de recherche

L'objectif concret de ma démarche et de mes recherches est de mieux connaître les adolescents, c'est-à-dire de mieux les comprendre afin de mieux les accompagner par la suite. Je veux savoir, comment, durant l'adolescence un manque d'hygiène peut apparaître. Je veux savoir d'où cela provient et comment se sentent ces jeunes avec ces problèmes. Je veux les aider à traverser ce passage difficile de la puberté et je pense qu'en comprenant tout cela, il me sera plus facile de faire mon travail. Pour cela, il me faut aussi savoir ce qu'on entend par le mot « hygiène », connaître les généralités, tout en respectant les sentiments de ces adolescents.

- Définir ce qu'est l'hygiène
- Définir ce que sont les normes d'hygiène
- Comprendre ce que peut ressentir un adolescent en période de puberté
- Définir l'estime de soi
- Mesurer l'importance d'une bonne hygiène
- Définir au niveau de la société en quoi consiste l'hygiène

#### 1.2 Problématique de la thématique

La problématique est donc de comprendre pourquoi il y a parfois un problème d'hygiène chez les adolescents. La question que vais traiter pour ce travail de recherche est :

« Qu'est-ce qui fait que certains adolescents du Semestre de Motivation ont des problèmes d'hygiène ? »

Pour mener à bien ce travail et mes recherches, je vais me baser sur trois axes :

- La biologie : correspond à l'hygiène corporelle au point de vue de la santé et de ce qui peut engendrer un manque d'hygiène des adolescents, lors de la puberté avec

les changements hormonaux qui en découlent. Le corps évolue, se modifie, un passage parfois difficile.

- Le psychologique : correspond à l'estime de soi, à l'acceptation de son corps lors du passage de l'enfance à l'âge adulte. Le rapport peut être compliqué entre soi et son corps suite aux changements hormonaux. S'ajoutent, la rébellion et le désaccord.
- Le social-sociétal : correspond au point de vue de la société, à l'aspect financier ainsi qu'au contexte familial. Le look et l'influence du groupe de pairs : il y a l'apparence que l'on a et celle que l'on veut avoir, ce que l'on veut montrer aux autres.

### 1.3 Concepts généraux

#### 1.3.1 L'hygiène : son histoire et ses normes

Selon le Larousse la définition de l'hygiène. (Larousse, s. d.) est :

- L'ensemble des principes, des pratiques individuelles ou collectives visant à la conservation de la santé, au fonctionnement normal de l'organisme
- L'ensemble des soins apportés au corps pour le maintenir en état de propreté
- La qualité de quelqu'un qui respecte les principes visant à conserver la santé et la propreté.

#### Histoire de l'hygiène :

Le site *l'histoire de l'hygiène*, (« Histoire de l'Hygiène - fichier297.pdf », s. d.) introduit un historique concernant l'hygiène :

Le mot « hygiène » est emprunté au grec hugieion, dérivé d'hugieia, « santé ». L'hygiène se définit comme l'ensemble des principes et des pratiques qui visent à conserver la santé et à assurer l'intégrité des fonctions de l'organisme. Au cours des siècles, la propreté a tour à tour été considérée comme une vertu ou, au contraire, comme un vice lorsque sa pratique devient excessive. Le soin du corps, de ce qui le vêt, de ce qui le montre, a toujours été l'objet d'attentions, variables selon les époques et les civilisations. Au croisement d'un besoin privé et d'une politique publique, l'histoire de l'hygiène dépend beaucoup de l'histoire de la maîtrise de l'eau, élément primordial pour le nettoyage du corps comme des objets. La révolution biologique qu'a été la découverte des microorganismes et celle de leur rôle dans les maladies propulse l'hygiène au rang d'une discipline scientifique et permet d'instaurer des pratiques qui sont pour beaucoup dans l'allongement de notre espérance de vie. La mise en place longue et progressive des principes de l'hygiène (la santé, de la salubrité à la sécurité) s'est constituée parfois sans les médecins, quand ce ne fut pas contre eux.

L'hygiène a tout un parcours historique, de la Préhistoire à l'Antiquité vers 500 avant J.-C. en passant par le Moyen-Âge et la Renaissance pour arriver à l'Epoque moderne.

L'hygiène est quelque chose de primordial et nécessaire à l'homme. Je reviens donc à ma question de départ : comment les problèmes d'hygiène peuvent-ils apparaître alors qu'aujourd'hui nous avons la maîtrise totale de l'eau ?



Le site, l'hygiène corporelle, (« l'hygiène corporelle - Accueil », s. d.), est intéressant à consulter car il nous indique plus précisément la définition de l'hygiène, de la Préhistoire à nos jours.

### Les normes d'hygiène

On parle peu d'hygiène corporelle aujourd'hui car cela est entré dans les mœurs et, grâce aux moyens que nous avons, chaque personne peut avoir une hygiène convenable. L'hygiène, de nos jours, est un point essentiel dans les métiers de la santé et de l'agro-alimentaire par exemple, afin d'éviter toute contamination ou propagation de maladies. Chacun pouvant et devant avoir une bonne hygiène, je me demande donc pourquoi certains ados font exception à la règle ?

#### 1.3.2 L'hygiène et les adolescents

### L'hygiène et les ados

Le site internet qui parle de l'hygiène à l'adolescence, (« L'hygiène à l'adolescence », s. d.-a) nous permet de mieux comprendre le problème.

Beaucoup d'adolescents n'ont pas du tout envie de se laver. Non pas parce qu'ils sont devenus sales avec l'âge mais tout simplement parce qu'ils entretiennent un rapport compliqué avec leurs corps.

L'hygiène, un passage obligé pour une bonne santé : un message qui laisse la plupart des adolescents de marbre. A ce moment de leur vie, ils ont bien d'autres préoccupations qui s'imposent à eux et sont suffisamment envahissantes pour les tenir éloignés de la douche ou de la baignoire. Spécialement les garçons qui, au moins au début de l'adolescence, sont moins motivés que les filles, plus motivées par la volonté de séduire et donc d'afficher une apparence soignée.

L'adolescence, une nouvelle relation avec son corps. Pour se laver, il faut se dévêtir entièrement. Une évidence qui ne va pas toujours de soi... Pour certains ados, cette confrontation à leur nudité provoque une forme d'excitation dont ils préfèrent se protéger. Pour d'autres, c'est la souffrance qui est au rendez-vous quand ils doivent savonner sous toutes les coutures ce corps en pleine métamorphose qui peut leur sembler très laid. Et puis ne pas se laver, conserver sa crasse et son odeur intactes peut rassurer l'adolescent : c'est une façon inconsciente de garder la maîtrise sur son corps, de le maintenir entier.

Le manque d'hygiène, une attitude souvent passagère. Si le refus de se laver d'un adolescent s'accompagne d'autres signes inquiétants – un désintérêt total pour son apparence, un repli sur soi, une grande fatigue, etc. – peut-être traverse-t-il une phase de dépression. Il a alors besoin d'être pris en charge par un spécialiste.

Effectivement, au début de la puberté, le corps change, les odeurs changent aussi, ce qui peut avoir un certain impact sur le psychisme du jeune. Nous constatons cela au sein du SEMO, les participants étant en pleine puberté, en plein changement.

L'adolescent, du latin *adolescens* (qui est en train de grandir), le terme apparaît en français au XIV<sup>e</sup> siècle. L'adolescence correspond à l'origine à la période qui sépare l'enfance de la jeunesse (de 12 à 20 ans environ). Cette définition peut être considérée comme réductrice car elle assimile l'adolescence à la « crise pubertaire ». Une définition plus large, surgie à la fin du XIX<sup>e</sup> siècle avec le développement d'un

enseignement secondaire, fait de l'adolescence une véritable « classe d'âge », creuset d'une culture spécifique. Les bornes d'identification ne sont alors plus/pubertaires mais culturelles et sociales. Compte tenu des progrès et du rajeunissement de la culture adolescente, qui signe la fin de l'enfance, l'on peut ainsi considérer que l'adolescence démarre aujourd'hui avec l'entrée dans cette culture, soit vers 10 ans environ et s'achève avec les années collège. (Fize 2009) (p.5)

D'après les cours de psychologies du développement de l'adolescent donné en première année par Assaouie D. (communication personnelle [Présentation PowerPoint], 2015) l'adolescence est une période remplie d'angoisse pour les parents et l'adolescent lui-même, souvent liée à une période de confrontations, de problèmes. L'adolescence est aussi liée aux changements sexuels mais elle ne se résume pas qu'à cela. Elle est aussi une prise d'autonomie et d'indépendance dans un monde nouveau avec une exposition à diverses situations à risque (augmentation du risque de mortalité, accident et suicide). Je vais tirer de ce cours certains points.

### 1.3.3 Effets psychologiques concernant les adolescents

#### La relation avec les pairs :

L'amitié : les activités, les points communs mais aussi les caractéristiques psychologiques et les croyances sont primordiales

- ⇒ Le fait de fumer, boire, les relations sexuelles, la réussite scolaire.
- ⇒ Endogroupe / Exogroupe

Les amitiés sont complexes : partage d'émotions, recherches de centres d'intérêt communs.

Le groupe de pairs et la conformité : l'adhésion et la conformité au groupe de pairs s'intensifie vers 13/14 ans. Le groupe de pairs exerce une pression plus ou moins forte sur chacun pour qu'il se conforme aux normes de groupe.

#### Les relations amoureuses :

L'adolescence marque aussi le passage des amitiés entre personnes du même sexe aux interactions mixtes. Cette relation n'a pas pour seul fondement la sexualité, c'est aussi la recherche de compétences sociales. L'activité sexuelle est plus précoce au sein des classes sociales plus pauvres et chez les adolescents ayant une puberté précoce. La structure familiale, l'enseignement religieux, l'opinion individuelle seront des facteurs déterminants.

#### Délinquance juvénile, rébellion :

- ⇒ Délinquance : trouble du comportement
- ⇒ Peu de vrais délinquants
- ⇒ Symptômes : signes de brutalité, de provocation, de désobéissance et difficulté à éprouver de l'empathie.
- ⇒ La délinquance est liée à un sentiment d'injustice subie, c'est ce que Bandura (docteur en psychologie, il est considéré comme l'un des chercheurs en psychologie les plus influents dans le monde) nomme l'auto disculpation : c'est une tournure mentale qui fait diminuer le sentiment de culpabilité.

### La dépression à l'adolescence :

- OMS : la prévalence de la dépression dans le groupe d'âge 15-24 ans est plus élevée et représente la première cause de morbidité (séquelles suite à des tentatives et prises de risques)
- Beaucoup d'ados font des épisodes de dépression significative, si accompagnés de symptômes comme trouble du sommeil, problèmes nutritionnels et difficulté de concentration, on parle de dépression majeure.
- ⇒ Elle nécessite une prise en charge et un traitement adapté.
- ⇒ Une portion significative des ados déprimés affirme avoir pensé au suicide.
- ⇒ Les garçons sont plus déprimés que les filles. Mais elles sont plus sujettes aux états dépressifs chroniques et aux dépressions à l'âge adulte, dans les pays industrialisés.
- ⇒ Causes : liens forts et significatifs (40%) entre dépression parentales et dépressions infantiles ou facteurs génétiques.

Tous ces points peuvent avoir un lien avec les problèmes d'hygiène. Effectivement, ces ados qui passent par ces états psychologiques peuvent alors avoir une mauvaise hygiène, vous pouvez le constater dans la partie « développement » de mon travail.

#### 1.3.4 Effets biologiques concernant les adolescents

### Le développement physique :

Les changements corporels liés à la puberté se développent grâce aux hormones sécrétées par les glandes endocrines.

### La maturation sexuelle :

Changements physiques :

- Garçon : maturité du pénis, du scrotum et des testicules. Ces derniers produisent les spermatozoïdes. Changement également du timbre de la voix et de la pilosité faciale.
- Fille : maturité du vagin, de l'utérus et des ovaires. Ces derniers produisent les ovules. Egalement : développement des seins.

### Selon Tanner :

- ⇒ Les changements physiques apparaissent selon une séquence prédéterminée, chaque séquence se divise en 5 stades :
  - 1<sup>er</sup> stade : la puberté
  - 2<sup>ème</sup> stade : premiers signes du changement pubertaire
  - 3<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> stades : étapes intermédiaires
  - 5<sup>ème</sup> stade : atteinte de la maturité sexuelle.

#### 1.3.5 L'adolescent et l'estime de soi

### Le concept de soi et la personnalité :

C'est surtout à la fin de l'adolescence que la personnalité s'exprime et s'affirme. La personnalité se définit comme l'ensemble des différents modes de réactions aux objets et aux personnes qui sont particuliers à un individu et relativement durables.

Selon le livre *les Idées reçues* (Fize, 2009), l'adolescence est le temps de l'affirmation, c'est d'abord une mise en scène de soi, pour soi, pour être aussi convenablement, avec les autres. Elle implique des signes tels que la reconnaissance et l'appartenance. La parure est

l'un de ces marqueurs. Le vêtement, renseigne sur soi, sur l'idée qu'on se fait de soi-même, sur les autres également. C'est en quelque sorte une communication non verbale. Le « look » (habillement, corps, cheveux, maquillage...) est plaisir et contrainte à la fois. S'il veut être reconnu, l'adolescent n'a pas le choix. (pp.61-62)

Le changement pubertaire est également une période très compliquée durant l'adolescence. Le corps change, des pulsions nous envahissent, des nouvelles odeurs corporelles apparaissent. Tous ces éléments, je peux les constater au sein du SEMO. Les participants sont en plein changement physiologique et psychologique. Certaines odeurs corporelles sont fortes, il y a du laisser-aller au niveau habillement et du soin des cheveux. Alors comment accompagner ces jeunes sans les blesser, sans envahir leur intimité ? Nos participants sont en pleine phase de puberté et les points nommés au-dessus, que ce soit au point de vue psychologique ou physiologique, peuvent causer un manque d'hygiène.

### 1.3.6 L'adolescent et la société

#### Erikson et les stades psychosociaux :

- ⇒ Selon Erikson, la principale tâche de chacun est de définir son identité. L'identité globale a plusieurs composantes avec divers niveaux d'évolution :
  - Id professionnelle : Que vais-je faire de ma vie ?
  - Id sexuelle : Quelles conduites sexuelles vais-je adopter ?
  - Id religieuse : Quelles sont mes croyances ?
  - Id quant au style de vie : Quelles seront mes habitudes de vie, ma façon de vivre ?
  - Id sur le plan amical : Comment vais-je développer mes relations d'amitié ?
  - Id récréative : Comment vais-je m'occuper, quels seront mes loisirs ?
  - Id amoureuse : Quel genre d'amoureux vais-je être ?
  - Id politique : Quels sont mes opinions politiques ?
- ⇒ Les parents doivent accompagner et non diriger l'adolescent dans la quête d'un sens clair à son identité. Ils doivent modifier leur conduite afin de répondre à leur nouveau rôle d'agent de socialisation.
- ⇒ La question « Qui suis-je ? » est primordiale pour l'individu en croissance.
- ⇒ Le concept de soi est remis en question à cause des transformations sexuelles liées à la puberté, de nouvelles capacités physiques et intellectuelles apparaissent rapidement.

### 1.3.7 Actions socio-professionnelles : l'accompagnement et le travailleur social

#### L'accompagnement :

Que signifie l'action socio-professionnelle ? Le site internet nous explique brièvement certaines significations (« Accompagnement socioprofessionnel », s. d.). L'accompagnement socioprofessionnel :

Un objectif : favoriser l'accès à l'emploi à des personnes qui connaissent des difficultés sociales et professionnelles particulières.

Un public : des personnes définies selon le code du travail comme « sans emploi, rencontrant des difficultés sociales et professionnelles particulières ».

Un savoir-faire : une offre d'insertion originale fondée sur l'emploi salarié, la formation par le travail et l'accompagnement socioprofessionnel.

### Le travailleur social :

La profession d'assistant social ou de travailleur social cherche à promouvoir le changement social, la résolution de problèmes dans le contexte des relations humaines et la capacité et la libération des personnes afin d'améliorer le bien-être général. Grâce à l'utilisation des théories du comportement et des systèmes sociaux, le travail social intervient au point de rencontre entre les personnes et leur environnement. Les principes des droits de l'homme et de la justice sociale sont fondamentaux pour le professionnel. (...) Sa mission est d'aider les personnes à développer leur potentiel, enrichir leur vie et prévenir les dysfonctionnements. Le travail social professionnel a pour but principal la résolution de problèmes et le changement. (...) La pratique du travail social s'est concentrée sur les besoins de l'être humain ainsi que sur le développement de son potentiel. Les droits de l'homme et la justice sociale constituent à la fois sa motivation et sa légitimation afin de renforcer leur capacité d'agir et leur participation à la vie de la société (« Définition du Travail Social », s. d.).

Le travailleur social, ou le MSP doit accompagner les personnes en se basant sur leurs besoins et leurs compétences. L'intervenant social est confronté à la nécessité de choisir ce qu'il faut faire de mieux, il se demande ce qu'il faut faire de juste, parfois de « moins pire ». Car au-delà de la question du « comment faire ? », il y a la question du « que dois-je faire ? » et du « que faut-il faire ? » (Besson, 2000). (p.12)

Comment donc, en tant que travailleur social, accompagner un adolescent du SEMO qui a des problèmes d'hygiène ? A mon sens, il faut d'abord comprendre d'où proviennent les problèmes avant de vouloir accompagner ces jeunes.

## 1.4 Méthodologie de la recherche

### 1.4.1 Difficultés rencontrées lors de la recherche

Après la réalisation de mon projet, je me suis beaucoup questionné sur ma question de départ. J'ai eu en quelque sorte un blocage car mes réponses apportaient toujours quelque chose de pratique et non de théorique, je veux dire que je n'arrivais pas à des réponses qui pouvaient se vérifier avec de la théorie et des entretiens. Il me fallait de plus, ressortir des hypothèses concernant les réponses de ma question de départ, ce que j'ai trouvé compliqué à ce moment-là car il m'était difficile de les vérifier.

Je suis donc allée voir mon référent thématique après mon projet et je lui ai fait part de mes questionnements. Après quelques échanges, je me suis rendu compte qu'il fallait que je m'oriente sur une autre question de départ, une question qui reste toutefois dans le thème de l'hygiène et les adolescents. Après avoir modifié ma question de départ, je me sentais à nouveau au clair avec mes recherches, ce qui m'a permis de trouver un peu plus de documentation. Effectivement, je suis retournée dans les différentes médiathèques pour chercher de la documentation en lien avec ma problématique en respectant les dates de mon diagramme de Gantt. Ayant à disposition différents ouvrages ainsi que des recherches sur internet, j'étais parée pour commencer mes recherches par rapport à ma question et aux réponses que j'attendais. J'ai donc créé, sur les conseils de mon référent thématique, une

sorte de diagramme sur lequel je pouvais mettre un « corps d'hypothèses ». Un schéma (CF. annexe) qui me permettait de vérifier si mes hypothèses étaient fondées ou non. J'ai ensuite retenu les indicateurs les plus pertinents à travailler et j'ai recherché les réponses aux hypothèses qui ressortaient de mes indicateurs.

#### 1.4.2 Terrain de recherche

À la base, je voulais commencer par faire un questionnaire et finir avec des entretiens, mais je me suis rendu compte que pour cette question de départ, il était beaucoup plus pertinent de ne faire que des entretiens. Avec mon référent, nous nous sommes arrêtés à un chiffre de 15 entretiens minimum pour que mes recherches soient les plus cohérentes possibles. Puis est venu le choix des personnes avec lesquelles j'allais m'entretenir. En parallèle, la prise de contact a débuté sur le terrain.

Pour être la plus pertinente possible, les personnes avec qui j'allais m'entretenir étaient forcément les participants du SEMO. J'ai donc décidé de choisir 7 filles et 7 garçons ayant, à mon avis, des problèmes d'hygiène. Et, afin d'avoir des résultats un peu plus professionnels, la quinzième personne avec laquelle je voulais m'entretenir, était une personne professionnelle pour qui les problèmes d'hygiène de l'adolescent font partie du métier.

Commence alors, vers le mois de juillet, la mise au point de mon outil, cet outil qui sera par la suite le guide d'entretien (CF. annexe) que je vais utiliser. Il m'a fallu du temps pour le réaliser et mettre en place car la réalité de notre travail et de mon atelier a pris le dessus. S'ajoute à cela le problème des participants qui quittent la structure car ils sont en fin de droit et les vacances d'été.

#### 1.4.3 Méthodes de recherche

Une fois mon guide d'entretien terminé, j'ai pu faire mon premier entretien qui m'a permis de voir l'utilité et la pertinence de cet outil. J'ai également fait un premier dépouillement avec mon référent thématique. Nous en avons parlé et cela m'a permis de modifier quelque peu la manière dont je menais mes entretiens. Ayant alors un guide d'entretien que je trouvais efficace, j'ai pu commencer, à mi-août, mes enquêtes et mes entretiens sur le terrain, certes avec un peu de retard par rapport à mon diagramme de Gantt mais encore dans les temps pour la rédaction de mon mémoire.

Voici les personnes avec qui je me suis entretenu :

- 1) Lara : 16 ans, problèmes de transpiration et d'odeurs
- 2) Bénédicte : 17 ans, odeurs prononcées et transpiration importante
- 3) Marie : 18 ans, transpiration et pilosité excessives
- 4) Aude : 16 ans, transpiration excessive, importante pilosité et fortes odeurs
- 5) Debby : 16 ans, transpiration et odeurs
- 6) Aline : 17 ans, problèmes d'odeurs, de transpiration et de surpoids
- 7) Jonas : 22 ans, transpiration excessive
- 8) Mathieu : 17 ans, transpiration excessive et fortes odeurs
- 9) Simon : 17 ans, pellicules, cheveux gras
- 10) Bertrand : 18 ans, pilosité et transpiration
- 11) Éric : 19 ans, transpiration et pilosité
- 12) Personne professionnelle : infirmière scolaire du cycle d'orientation de Vouvry
- 13) Personne professionnelle : infirmière scolaire du cycle d'orientation et de l'EPP de St-Maurice

#### 1.4.4 Méthodes de recueil de données et résultats

Tous ces entretiens ont été enregistrés en audio à l'aide d'un téléphone portable et au Semestre de Motivation de Monthey, sauf pour les deux derniers où je me suis déplacée pour rencontrer ces personnes. Le temps de ces entretiens varie entre 35 minutes et une heure. Suite à ces entretiens, j'ai directement fait le dépouillement. Pour cela, j'ai utilisé une grille que j'ai créée sur Word, dans laquelle je reprends les mots clés de mes indicateurs. Cet outil (CF. annexe) de dépouillement me permet de garder vraiment le nécessaire et ainsi me permettre de faire une synthèse en fonction des diverses informations récoltées. Grâce à ces dépouillements et ces synthèses, j'ai pu débuter la suite de mon travail de mémoire : le développement.

Durant ce travail, j'ai quand même été confrontée à des difficultés. Effectivement, j'ai commencé à faire mes entretiens à partir de la mi-août. Or, au mois d'août, nous n'accueillons dans la structure quasiment que des nouveaux participants, ce qui a compliqué mon enquête car je ne connaissais pas bien certains jeunes. De plus, je pense qu'il faut avoir créé un bon lien pour avoir ce genre de discussion sans blesser la personne et il est quasiment impossible de créer un lien fort en l'espace d'un mois. C'est pour cela que je me suis limitée à 6 entretiens avec des filles et 5 entretiens avec des garçons.

Se rajoute une certaine difficulté à réussir à obtenir un rendez-vous avec une personne professionnelle : j'ai contacté plusieurs personnes et je n'ai pas eu de retour. Il m'a fallu insister pour au final réussir à m'entretenir avec au moins une personne, une infirmière scolaire du cycle d'orientation de Vouvry et qui m'a ensuite mise en contact avec l'infirmière scolaire de St-Maurice.



## 2. Développement

---

Dans ce développement, trois axes seront présentés, celui de la biologie, de la psychologie et celui de la société, en lien avec les problèmes d'hygiène de certains participants du Semestre de Motivation. Ces axes seront partagés en plusieurs indicateurs, c'est-à-dire les mots clés que j'ai utilisés avec mon guide d'entretien.

### 2.1 L'adolescent et les problèmes d'hygiène liés à la biologie

Je voulais m'entretenir sur différents indicateurs qui ont un lien avec tout ce qui est biologique pour me rendre compte si les problèmes d'hygiène sont liés ou non à la biologie.

#### 2.1.1 L'hygiène, sa signification

Pour cet indicateur concernant l'hygiène, mon but était de comprendre ce que ce mot signifie réellement chez nos participants. Je me suis entretenu avec 6 jeunes filles, 5 jeunes hommes et j'ai remarqué que, pour la plupart, le mot hygiène est en lien avec les odeurs corporelles. L'hygiène signifie sentir bon, prendre régulièrement des douches et prendre soin de son corps. Les habits entrent aussi en considération : avoir des habits propres et soignés fait partie d'une bonne hygiène. S'ajoute à cela le fait d'être bien coiffé et de ne pas avoir les cheveux gras. Lors des entretiens avec Bénédicte et Debby, le fait de se laver les mains régulièrement et de les avoir propres entre aussi en considération avec l'hygiène. Pour Bertrand, l'hygiène : « C'est le fait de sentir bon, d'être propre sur soi et d'avoir des habits propres. »

La plupart de ces jeunes se douchent tous les jours, comme par exemple Simon. Selon lui, être propre : « Je pense c'est se laver comme ça, être présentable, je ne sais pas, être propre, ne pas sentir mauvais, comme ça. Ben, ne pas être transpirant à chaque fois, se doucher le soir. » On constate alors que l'hygiène pour eux est quelque chose d'important et ils savent tous ce que cela signifie. Maintenant, entre ce qu'ils disent et ce qu'ils font, il y a peut-être une différence.

Lors des deux entretiens avec les infirmières scolaires, le mot hygiène a fait résonnance avec ce que pensent les participants avec qui je me suis entretenu. L'infirmière scolaire de Vouvry m'a dit : « J'ai eu des demandes de certains profs car ils sont très embêtés avec le sujet de l'hygiène, ils font des sous-entendus. Ça m'interpelle et du coup j'interviens en faisant une approche un peu générale de tous les besoins, celui d'être propre, de dormir, enfin englober tout ça, pour être en bonne santé et après j'appuie un peu sur l'hygiène, on fait des discussions avec les élèves. Un manque d'hygiène, c'est les habits pas très propres, les cheveux gras, sentir la transpiration. Si on ne se lave pas, y a une couche qui vient sur la peau et la peau ne peut plus respirer. La peau ne fait plus son travail de se défendre contre les agents extérieurs, les bactéries. C'est important d'enlever tout ça ». Selon l'infirmière scolaire de St-Maurice : « L'hygiène c'est déjà de prendre des douches tous les jours, avoir des habits propres, c'est de ne pas sentir mauvais et se présenter bien sur soi, avec son style ou sa mode, mais pour moi c'est ça l'hygiène. Quand je vois les élèves en bilan de santé, je me permets de leur dire si je vois qu'il y a un problème d'hygiène, j'essaie de travailler avec eux et leur dire par exemple : tu n'as pas les ongles propres, des trucs comme ça ».

La définition du site (« définition de l'hygiène corporelle - Rapports de Stage - Sarahsarah14 », s. d.) correspond le mieux avec mon sujet :

L'hygiène corporelle se définit comme un soin qui maintient la propreté des



téguments. La peau et les muqueuses forment les téguments. C'est un facteur de bien-être physique et moral de la personne soignée. Il s'agit du 8<sup>ème</sup> besoin fondamental de Virginia HENDERSON :

Le besoin d'être propre, soigné et de protéger ses téguments est une nécessité pour chaque individu afin de maintenir l'intégrité de la peau, des muqueuses et des phanères (chez l'Homme, les principaux phanères sont les cheveux, les poils et les ongles), d'éliminer les germes et les souillures, et d'avoir une sensation de propreté corporelle, élément de bien-être. Ceci permet de valoriser l'image de soi et l'image sociale. C'est aussi un moyen de prévention des maladies en complément de l'hygiène de vie et l'hygiène domestique.

On peut, suite à ces explications, définir que l'hygiène c'est donc prendre soin de son corps et de sentir bon afin d'avoir un sentiment de bien-être. Filles ou garçons, ont quasiment le même point de vue. C'est-à-dire qu'avoir une bonne hygiène commence par prendre une douche chaque jour, faire attention à son apparence et à l'image que l'on montre. Ils savent ce que c'est d'avoir une bonne hygiène donc, normalement, il ne devrait pas y avoir de problèmes.

### 2.1.2 Changements hormonaux chez les adolescents : que sont-ils ?

Les hormones sont des éléments chimiques synthétisés par les glandes endocrines de notre corps. Elles ont une fonction régulatrice au sein de notre organisme. D'ailleurs, elles affectent plusieurs zones de notre corps ; que ce soit le poids, l'aspect physique, les aspects émotionnels ou organiques. Les hormones se déplacent à travers la circulation sanguine, et elles activent ensuite divers organes du corps. Elles les coordonnent et facilitent les changements : elles régulent le métabolisme, le rythme cardiaque, le cycle menstruel, la production de lait si l'on vient d'avoir un enfant, etc. Les problèmes hormonaux apparaissent lorsqu'il existe un excès (hyperfonction) ou un manque (hypo fonction) au sein de la fonctionnalité des hormones. (« Les symptômes et les causes des problèmes hormonaux », 2014)

Chez les adolescents, les changements hormonaux ont une signification bien particulière et visible. De nouvelles odeurs apparaissent, la voix mue, les poils poussent, des boutons peuvent apparaître. La transpiration également est liée aux changements hormonaux. Si je prends l'exemple d'Aline : « « Pour moi les changements hormonaux c'est quand notre corps commence à changer, par exemple aussi on transpire plus et chez moi j'ai les poils qui ont beaucoup poussé ». C'est un peu ce qui ressort chez les onze adolescents que j'ai interrogés. Lors de nos échanges, les filles m'ont quasiment toutes parlé de leur menstruation et on fait le lien avec les hormones.

Pour l'infirmière de Vouvry, les changements hormonaux surviennent quand : « Ils commencent à avoir des poils qui poussent, notamment sous les bras, le changement hormonal fait que l'odeur est différente. Ils transpirent toujours pareil mais l'odeur est différente. Je pense que tout est lié (bio-psycho-social). » Le point de vue de l'infirmière de St-Maurice rejoint le discours de celle de Vouvry : « Les ados, je leur dis qu'ils sont en train de grandir et que les hormones elles s'activent et qu'effectivement quand y a les hormones, y a plus d'odeurs. Chez les filles, plus de pilosité, les seins qui augmentent et puis les cheveux gras, les boutons. Ils ont beaucoup de souci avec les boutons, je leur explique comment faire et puis on dit de changer régulièrement les habits. Les garçons je leur parle de la même chose, que les hormones vont faire augmenter leur taille, la pilosité et il qu'ils vont sûrement plus transpirer. »

Les hormones sont donc très actives à l'adolescence. Elles sont différentes selon les genres mais font ressortir leurs grands effets chez les deux sexes. Les ados ont parfois une méconnaissance de ce phénomène, ce qui amène peut-être des angoisses, un désarroi durant cette période. Ils ne savent pas comment réagir lors de ces changements et cela peut provoquer pour certains des problèmes au niveau de l'hygiène car ils laissent faire la nature sans changer leur comportement comme par exemple mieux se laver et changer plus souvent de vêtements.

### 2.1.3 La puberté physique à l'adolescence

Lors de mes entretiens, beaucoup de jeunes m'ont parlé de l'acné. Le fait de grandir en taille fait partie pour eux de cette puberté qu'ils peinent à comprendre. Les jeunes filles m'ont parlé de leur poitrine. Les garçons m'ont fait part de leur taille et de la pousse des poils. Il y a aussi la question de la transpiration, plus importante chez certains, avec les odeurs qui y sont associées. Selon Marie, la puberté c'est : « Je pense que c'est la transformation plus physique, là on voit tout de suite les changements, par exemple les poils, la transpiration. Au début c'est gênant, c'est nouveau, par exemple pour les poils c'est venu assez vite et beaucoup, alors tu ne sais pas quoi faire, tu caches, tu mets des gros pulls, t'en parles pas. Aussi, tu transpires plus, tu prends des déos mais ça ne marche pas forcément tout le temps, c'est gênant. A l'école par exemple tu sens que tu transpires et tu penses que les autres sentent aussi du coup c'est gênant et on a peur du regard des autres. Je transpire, mais y en a d'autres qui transpirent plus et l'odeur est aussi plus forte. Par rapport aux hormones où la transformation est plus dans la tête, on change de comportement, mais on ne voit pas trop, c'est plus abstrait. »

D'après le livre, *C'est pas facile de grandir* (Blamont & Franek, 1995), la puberté désigne le passage de l'enfance à l'adolescence. Ce mot vient du latin *pubes*, qui signifie poil. L'apparition des poils est en effet l'un des signes les plus visibles à la puberté. Cette période est riche en bouleversements physiques auxquels s'ajoute l'irruption de la sexualité. Le moment où vous serez le plus déboussolé sera peut-être vers l'âge de quatorze ans pour les garçons, de treize ans pour les filles. Première préoccupation : votre silhouette se modifie. Votre tête et votre cœur aussi sont chamboulés. (p.10)

La puberté est différente pour les hommes ou pour les femmes, mais certains aspects sont communs aux deux : pilosité, transpiration, taille. Ces changements à la puberté amènent des problèmes au niveau de l'hygiène. Les fortes odeurs, la transpiration, les poils : comment gérer ces transformations ? Je conclurai avec la phrase : « Vous avez perdu votre enfance, un nouvel horizon se dessine, celui de l'adolescence ». (Blamont & Franek, 1995)

### 2.1.4 Alimentation / Haleine, qu'engendrent-elles au niveau biologique ?

L'alimentation est un point important aussi durant l'adolescence, celle-ci peut jouer un rôle dans les odeurs corporelles ainsi que l'haleine. Durant cette période, il est nécessaire de bien se nourrir afin de garder une bonne santé. Effectivement durant mes entretiens, ce qui ressort avec ces jeunes c'est que, manger gras peut perturber la santé et amener des odeurs différentes. Pour Mathieu, par exemple : « Je n'ai pas forcément une très bonne alimentation, mais pas non plus une mauvaise, si on mange trop de Mc Do ou de kebabs, il y a des changements physiques. Petit, j'étais presque anorexique et quand mon grand-père est décédé, c'est là que j'ai commencé à prendre du poids. Du coup, à trop manger ces choses-là, notre corps en a marre et va les rejeter par la transpiration. C'était la pire époque

de ma vie, je transpirais tellement et ça sentait tellement fort. L'odeur est beaucoup plus forte et du coup j'ai eu trop de sucs gastriques ». Le point de vue de Marie est aussi intéressant : « Ça, c'est gênant, je n'aime pas parler de cela, c'est un sujet tabou, y'a un truc qui me gêne, si je dois sentir mauvais de la bouche, c'est super gênant. J'ai toujours des chewing-gums avec moi. Je déteste sentir mauvais de la bouche. Si quelqu'un sent mauvais de la bouche, j'aurais de la peine à lui en parler parce que moi ça me mettrait mal à l'aise qu'on me le dise. Je pense que ça vient du fait qu'on ne se brosse pas les dents, ou s'ils ont un souci avec la langue. Mais tout ça je pense que ça peut venir de la nourriture, par exemple on peut sentir l'oignon, l'ail, enfin voilà ». Si je prends le cas d'Éric, lui, s'il mange trop acide, il aura des boutons sur le visage surtout.

Les deux infirmières s'accordent sur le fait que lorsque les ados mangent trop gras, des boutons peuvent apparaître et aussi une prise de poids rapide. Elles ne rencontrent pas beaucoup de cas comme ça au C.O ; selon elles, les problèmes liés à l'alimentation apparaissent plus tard, vers 16-17 ans.

Le sujet de l'hygiène alimentaire et de l'haleine est un sujet assez tabou. Certains ados ne se rendent pas compte que cela peut engendrer certaines problématiques, à part ceux qui ont été touchés personnellement par la question.

### 2.1.5 Apparence fille-garçon et séduction

Pour ces jeunes, le fait de vouloir séduire c'est d'abord de sentir bon, faire du sport afin d'avoir un plus beau corps. Les filles feront plus attention à elles en se maquillant et en se coiffant correctement. Il faut être un minimum soigné comme dit Marie. Dans notre société, c'est plutôt aux garçons de venir vers les filles, les filles vont donc tout faire pour essayer de plaire. Mais si je prends le discours de Debby, elle a le temps, elle attend de devenir une « vraie » adulte avant de penser à tout cela et ce qui compte pour elle aujourd'hui c'est son avenir professionnel.

On peut se demander s'il y a une différence entre les filles et les garçons à l'adolescence : qui fait le plus attention à son apparence et qui veut séduire. L'hygiène est importante ici, parce que l'ado qui veut séduire aura tendance à prendre soin de lui et de son apparence. Les 11 participants du SEMO, soit ils ont l'impression que ce sont les filles qui font plus attention à leur apparence et prennent plus soin d'elles, soit ce sont les garçons qui soignent plus leur look. Il n'y a pas un côté qui ressort plus fortement.

Pour Marie, c'est autant les filles que les garçons qui se coiffent, se mettent du parfum et s'habillent bien. Comme Aline, pour elle, c'est un peu des deux, mais un peu plus les filles parce que, justement, il y a plein de produits féminins pour prendre soin de soi. Si je prends le discours de Mathieu, de son côté, c'est clairement les filles qui en font plus parce qu'elles se maquillent pour se rendre plus belles alors que ce qui compte pour les garçons c'est d'avoir une bonne odeur corporelle et une bonne coupe de cheveux. Je terminerai avec ce que pense Éric : pour lui, c'est kif-kif, les filles vont autant faire attention que les garçons si le but est de plaire ou de séduire.

Le discours des deux infirmières scolaires est un peu différent. Pour l'infirmière de Vouvry : « Je dirais quand même que c'est les garçons qui manquent le plus d'hygiène. Les filles sont un peu plus coquettes ; mais bon y a aussi des garçons coquets ». Pour celle de St-Maurice : « Les filles savent plus « camoufler » et une fille est plus coquette. Si elle se laisse aller, c'est qu'elle va mal. Le garçon, c'est plus l'effet de mode. J'ai l'impression que les filles prennent plus soin d'elles. Là, elles se retrouvent dans un milieu où elles doivent montrer leur identité, les émotions sont exacerbées. J'ai beaucoup de questions sur la sexualité ».

Il semble donc que les filles prennent quand même un peu plus soin d'elles dans un but de séduction. Elles veulent plaire et vont donc faire attention à elles. Le fait de vouloir séduire amène ces ados, garçons ou filles, à prendre soin d'eux et à faire attention à leur apparence. Ce qui les pousse automatiquement à avoir une bonne hygiène. Mais si le but n'est pas de séduire, il peut alors y avoir un côté négligé et donc une hygiène insuffisante.

#### 2.1.6 Synthèse liée à la biologie

L'OMS (« OMS | Développement des adolescents », s. d.) considère que l'adolescence est la période de croissance et de développement humain qui se situe entre l'enfance et l'âge adulte, entre 10 et 19 ans. Elle représente une période de transition critique dans la vie et se caractérise par un rythme important de croissance et de changements qui n'est supérieur que pendant la petite enfance. Les processus biologiques conditionnent de nombreux aspects de cette croissance et de ce développement, la puberté marquant le passage de l'enfance à l'adolescence. Les déterminants biologiques de l'adolescence sont universels ; en revanche, la durée et les caractéristiques de cette période peuvent varier dans le temps, entre cultures et selon les situations socio-économiques.

Cette définition de l'OMS concernant l'adolescent m'amène à faire un lien entre hygiène et biologie. La constatation de départ est que c'est au moment des changements hormonaux que les problèmes d'hygiène surviennent. La plupart des adolescents savent dans les grandes lignes ce que signifie l'hygiène. Lors de cette transformation de l'enfant à l'adulte, ils remarquent un changement de pilosité, une transpiration excessive avec des odeurs qui sont différentes. De l'acné apparaît, les cheveux deviennent plus vite gras et on a une mauvaise haleine si on ne se brosse pas régulièrement les dents. Ils se rendent compte que si on ne prend pas soin de soi, qu'on ne se douche pas régulièrement, ces problèmes peuvent vite être source de difficultés.

On constate que les filles, du fait qu'elles ont peut-être plus de produits féminins, essayent de faire plus attention à elles : camouflage ou une envie de séduire ? On se rend compte que dans notre société, les hommes ou les femmes n'ont pas les mêmes outils pour soigner leur apparence en plus des stratégies, différentes pour chacun. L'adolescence est un passage obligé pour tous mais la manière de la vivre est différente pour chacun. Un lien se fera sûrement par la suite avec le côté psychologique et social.

### 2.2 L'adolescent et les problèmes d'hygiène liés au côté psychologique

Le côté psychologique est très intéressant car il touche aux émotions, à la personnalité profonde du jeune. Le corps change et de nouvelles pulsions l'envahissent.

Les entretiens ont été très intéressants mais quelque peu délicats lorsque l'on a abordé certains thèmes. Il faut vraiment avoir un bon lien avec les participants afin d'obtenir des informations qui les touchent personnellement.

#### 2.2.1 L'estime de soi chez les adolescents

J'ai commencé mes entretiens sur le thème lié à la psychologie en demandant aux participants : « Qu'est-ce que l'estime de soi ? » Il y a eu des réponses très différentes les unes des autres. Selon les communications personnelles, Simon : « C'est quand on ne se rabaisse pas, savoir à quel niveau on est. Je sais que je suis plus dans une mauvaise estime de moi, je ne sais pas ». Si je prends Aude : « Je n'ai pas forcément une mauvaise estime de moi mais j'en ai pas non plus une très bonne ». Marie : « Je ne peux pas trop dire... c'est, je

ne sais pas, avoir confiance en soi, savoir qu'on est quelqu'un de bien, se trouver bien. Je n'ai pas confiance en moi donc je n'ai pas trop d'estime de moi, j'y travaille... je fais tout pour faire bien pour éviter des remarques. Il faudrait que les gens ils m'aiment bien, je fais tout pour ça ».

Pour Bertrand : « L'estime de soi, c'est d'être bien dans sa tête et dans son corps. Je ne me sens pas avoir beaucoup d'estime mais pas non plus ne pas en avoir. ». Le témoignage d'Aline est un peu plus désabusé : « L'estime de soi pour moi c'est d'être reconnue, que les gens s'intéressent à toi, je pense que plus tu as des gens qui t'apprécient, plus tu auras de l'estime. Je n'ai pas beaucoup d'amies et j'ai l'impression que les gens se moquent de moi alors c'est difficile pour moi d'avoir de l'estime de moi ».

On peut constater pour ces adolescents que l'estime de soi, c'est quelque chose d'important. Ils disent ne pas avoir beaucoup d'estime pour eux-mêmes, manquer de confiance et n'être pas vraiment reconnus par les autres.

D'après le livre (Lanchon & Gastaut, 2003) *En finir avec vos complexes*, tous les adolescents ont un certain manque d'estime personnelle. S'aimer, c'est accepter ses défauts et ses qualités. C'est écouter une petite voix intérieure qui nous dit que l'on est digne d'être aimé. L'amour de soi dépend de celui que l'on a reçu étant enfant. Il permet de résister à l'adversité, de se reconstruire après un échec. Par rapport à la vision de soi, c'est le jugement que l'on porte sur soi. La vision de soi explique que parfois on se trouve des défauts que les autres ne voient pas. La confiance en soi, que l'on confond souvent avec l'estime de soi, s'applique à nos actes. Avoir confiance en soi, c'est se sentir capable de réussir. C'est se dire « j'y arriverai » quand une situation imprévue ou délicate se présente. (pp.62-63)

Selon la communication personnelle de l'infirmière de Vouvry : « Je ne sais pas si ça peut venir de là mais je pense que c'est un peu tout lié, si un jeune n'est pas soutenu par ses parents, qu'il n'y a personne derrière, forcément il n'est pas très bien dans sa peau. Tout s'imbrique, je pense. Je ne pense pas que s'il n'est pas bien dans sa peau, il y aura un grand manque d'hygiène. Là, je ne peux pas forcément associer un manque d'hygiène avec une mauvaise estime de soi.

Manque d'hygiène et pauvre estime de soi ne sont donc pas forcément liés. Le manque d'estime de soi peut faire partie de la problématique mais sans en être la cause initiale, comme le dit l'infirmière de Vouvry. Les ados n'ont pas fait le lien n'ont plus entre une basse estime de soi et un manque d'hygiène. Le livre « *En finir avec ses complexes* » ne fait non plus ce lien.

### 2.2.2 Le rapport et la confrontation à son corps

D'après le livre *En finir avec vos complexes*, (Lanchon & Gastaut, 2003), chacun grandit à son rythme. Cessez de vous comparer aux autres. Ce n'est pas parce que vous détestez votre corps qu'il faut l'ignorer ou le faire souffrir. Bien au contraire. Plus vous le soignerez, plus vous l'appriivoiserez, plus il vous paraîtra beau. Le corps agit sur l'esprit, comme l'esprit agit sur le corps. Soigner son corps commence par une bonne hygiène et à votre âge, vous en avez plus que jamais besoin. Soigner son apparence est aussi un geste d'amour pour dire à votre corps que vous l'acceptez tel qu'il est. On a coutume à dire que pour être aimable il faut d'abord s'aimer. (pp.40-41)

En entrant dans l'adolescence, le corps commence à changer, les hormones font leur effet et la puberté commence. Le corps change, les poils apparaissent, les seins et les parties

génitales changent, on prend du poids, de l'acné apparaît. Tous ces changements peuvent amener à un rapport compliqué ou à une mauvaise relation avec son corps, ce qui peut engendrer des problèmes d'hygiène parce que l'on ne veut pas se retrouver face à soi, face à ce corps qui nous dérange.

Avec les communications personnelles des participants du SEMO, cela a été un sujet sensible pour certains et difficile à amener. Les entretiens m'ont permis de constater que les filles parlent plus ouvertement de ce problème. Comme Debby : « Ça dépend, quand je me regarde je trouve que j'ai trop pris de poids, du coup je me sens mal. Quand je me douche, je ne veux pas me regarder, alors je fais vite la douche, j'essaie de ne pas me poser de questions sinon je ne me doucherais pas ». Marie : « Inconsciemment, je pense que si je n'ai pas confiance en moi, ça peut venir de mon corps. Je suis petite par exemple, je fais genre mais en vrai je n'ai pas confiance. Peut-être, au fond, que j'ai un problème avec mon corps. Et j'ai aussi la poitrine qui a très vite poussé et beaucoup et cela a été un problème pour moi. Par exemple pour ma poitrine, je l'ai très mal vécu, je ne voulais pas montrer aux autres, je me cachais, je mettais des gros pulls ou des jaquettes. C'était une honte. Du coup, c'était difficile pour moi de me doucher, ça choque au début. Tu vois les autres, elles n'ont rien, surtout à la piscine ».

Pour Aline, c'est aussi compliqué : « Oui, quand même un peu, vous voyez bien que je ne suis pas fine comme un clou et en plus, j'ai beaucoup de poils sur les avant-bras. Y en a même qui me disent que j'ai de la moustache. Je n'ai pas trop envie de parler de ça... je ne m'aime pas physiquement... Je ne peux pas mettre tous les habits que j'aimerais, je suis vraiment complexée. Et vu que je transpire plus que les autres, j'ai les cheveux qui deviennent vite gras. J'aimerais me doucher tous les jours mais je n'aime pas trop me voir ou me regarder ». Aude la rejoint : « Le fait de transpirer beaucoup et d'avoir pris du poids fait que je ne suis pas à l'aise avec mon corps, je n'aime pas me voir dans le miroir, me regarder... c'est toujours difficile pour moi. Le fait de m'habiller aussi... je dois trouver les bons habits qui me vont plus au moins et dans lesquels il ne faut pas que la transpiration se voie. C'est compliqué pour moi, surtout du fait d'avoir pris du poids, je n'aime pas mon corps, du coup c'est difficile de me laver, je le fais quand même mais à chaque fois que je me douche, c'est après que ça va me faire du mal... quand je me vois dans le miroir. Du coup, je me douche mais il ne faut surtout pas que quelqu'un entre dans la salle de bain ».

Les garçons sont moins réceptifs à ce questionnement, mis à part Éric qui se livre sans filtre : « Je n'aime pas ma tête, je me trouve souvent moche, dans un miroir, je me vois et je me dis que je suis moche. Tout le temps, avec la barbe c'est encore pire. Et moins je m'occupe de moi et moins je m'aime. C'est un cercle vicieux en fait. Je me rase quasiment jamais, je ne lave pas mes lunettes. Mon mono sourcil je l'enlève quasiment jamais. Je devrais me couper les cheveux mais je ne le fais pas. Ce que j'ai vécu quand j'étais petit, ma mère m'insultait souvent sur mon physique. Mon manque d'hygiène vient de là. Si je prenais plus soin de moi, je me doucherais tous les jours, je me raserais plus souvent. Enfin, j'ai aussi la flemme. Ce n'est pas que je n'ai pas le courage mais je me dis que cela ne sert à rien. Mon corps ça va, mais c'est mon visage vraiment, je n'arrive pas ». Bertrand : « Je ne dirais pas mauvaise hygiène mais c'est plutôt compliqué, je n'aime pas forcément me voir dans le miroir, après c'est difficile de me doucher, comme je disais : j'essaie de prendre soin de moi mais avec tous ces poils je ne sais plus comment faire ».

On se rend compte que ces témoignages sont ceux d'ados qui manquent d'estime de soi. Ils ont une mauvaise image d'eux-mêmes, du coup l'hypothèse est qu'ils ne prennent pas soin d'eux-mêmes afin de ne pas se confronter à la réalité de leur corps. Si je prends l'exemple de Bénédicte, qui dit qu'elle a une bonne estime d'elle, elle n'a pas de mauvaise



confrontation ou un rapport compliqué avec son corps, ce qui ne lui pose pas de problème de prendre soin d'elle.

Les infirmières ne s'avancent pas beaucoup par rapport à cette hypothèse, elles disent ne pas être confrontées à ce genre de problématique. Pour elles, les ados qu'elles suivent sont encore trop jeunes (11-12 ans) et elles pensent que cela arrive bien plus tard. Elles mettent cela sous trois secteurs d'influence, le côté psychologique, l'éducation et la flemme. C'est cela qui peut engendrer un manque d'hygiène.

Ce qui ressort, c'est que le fait d'avoir une mauvaise estime de soi engendre un rapport compliqué avec son corps et une mauvaise relation à celui-ci, ce qui peut engendrer une mauvaise hygiène. Pour soigner son corps, il faut l'accepter et si on ne l'accepte pas, on ne va pas en prendre soin.

### 2.2.3 Conserver son odeur, est-ce une façon de se rassurer ?

Le site internet (« L'hygiène à l'adolescence », s. d.-b) prétend que ne pas se laver, conserver sa crasse et son odeur intactes peut rassurer l'adolescent : c'est une façon inconsciente de garder la maîtrise sur son corps, de le maintenir entier.

J'ai voulu vérifier cela auprès des participants afin de savoir si cette affirmation les concernait. Un manque d'hygiène peut simplement signifier vouloir garder son odeur afin d'être rassuré.

D'après les jeunes avec lesquels je me suis entretenu, cette affirmation est quelque peu erronée, au contraire pour eux le but est de ne pas sentir mauvais et d'éviter cette problématique. Comme Lara : « Non, au contraire on veut qu'elle parte ». Pour Jonas, c'est pareil : « Non ça ne me rassurait du tout pas, il fallait que je m'en débarrasse ». Bertrand : « Non, surtout pas, personne n'a envie de sentir mauvais et que les autres le sentent ». Marie les rejoint : « Non, surtout pas, c'est quelque chose de gênant, du coup, c'est pas du tout le but de conserver son odeur, au contraire on veut l'enlever à tout prix, surtout si ce n'est pas une bonne odeur ».

On constate alors que les ados, en tout cas ceux du SEMO, ne veulent pas conserver leur odeur. Au contraire, c'est quelque chose qui les dérange et dont ils veulent à tout prix se débarrasser. Le manque d'hygiène ne vient pas de là. Cela ne les rassure en aucun cas. Selon les infirmières, cela peut entrer en considération mais, d'après elles, les ados ne sentent pas leur odeur, ils ne sentent pas qu'ils sentent mauvais. Du coup, cela ne peut donc pas les rassurer, ou alors inconsciemment. On pourrait éventuellement faire des recherches plus poussées sur un point de vue éthologique pour répondre correctement à ce questionnement, se baser sur l'aspect animal et les odeurs afin de mieux comprendre.

### 2.2.4 Le rejet de soi lors de la métamorphose du corps

Le fait d'avoir un rejet de soi peut avoir un lien avec une basse estime de soi ainsi que d'avoir un rapport compliqué avec son corps. J'aurais pu en faire un seul chapitre en réunissant ces indicateurs mais il me semblait plus pertinent de les vérifier séparément pour me rendre compte si ces indicateurs sont clairement liés. Un manque d'hygiène peut venir d'un rejet de soi, du fait de ne pas s'occuper de soi et donc ne pas faire attention à son image ainsi que de son apparence.

Pour Jonas, ce sont ses poils qui ont induit un certain rejet de soi : « Ce qui ne me convenait pas c'est quand les poils ont commencé à pousser sous les bras, sur le torse, ça a

commencé à me faire chier ». Pour Aude, c'est plus compliqué au niveau de son poids et de sa transpiration : « Je dirais pas que j'ai fait un rejet mais plutôt une acceptation très difficile... en plus avec la transpiration excessive c'est très compliqué... j'aimerais que ça s'arrête, j'ai tout essayé et rien ne marche... j'ai beau me doucher tous les jours, mettre du déo, des habits propres... mais c'est toujours la même chose et je n'arrive pas à perdre du poids non plus, ce qui me rend mal ». Pour Marie, ce rejet concerne surtout sa poitrine : « Oui, surtout lorsque ma poitrine a poussé. Je n'acceptais pas ce changement, j'aurais voulu en avoir des plus petits mais c'est venu tellement vite. Je ne voulais pas me regarder ou que les autres me regardent, alors oui c'était difficile de me mettre nue lorsque je devais me doucher, j'avais honte, je me douchais quand même mais c'était une étape très dure à chaque fois ».

Le point de vue d'Éric est différent des autres : « Non, mon corps je le trouve quasiment parfait, je suis grand, je suis assez fin et musclé, mais le visage voilà... Je suis quelqu'un qui procrastine, énormément de flemme, du coup, je me dis que la douche je la ferai plus tard mais après je suis trop fatigué alors je ne la fais pas. Mais bon, je la fais quand même tous les deux jours, enfin j'essaie... ». Si je termine par Lara et sur un quelconque rejet, celle-ci est claire : « Non, pas du tout. »

L'infirmière de St-Maurice va plus loin avec cette problématique du rejet en mettant l'accent sur les questions de genre, d'identité : elle parle de problèmes liés à des abus (chez les filles), de changement brutal de comportement.

Selon le livre *Idées reçues*, (Fize, 2002), la puberté est assurément une profonde mutation. Il se produit en effet, dans tout l'organisme, une métamorphose à la fois somatique et psychique. La métamorphose s'accompagnerait, en effet, d'un rejet de soi, physique et mental. Les adolescents, surpris par la force des pulsions qui les envahiraient, seraient donc mal dans leur peau, inquiets devant ce corps qui change. Ils ressentiraient ce corps comme une chose embarrassante. Ils iraient donc jusqu'à se prendre de haine pour ce quelque chose encore mal formé. Il est vrai que la mutation corporelle peut être brutale, trop rapide ou trop lente au goût des sujets. (p.31)

Ceux qui ont un rejet de soi sont peut-être ceux qui ont des difficultés à accepter leur corps. Ce qui peut engendrer des problèmes d'hygiène. Ceux qui ne font pas de rejet ont peut-être une meilleure estime d'eux-mêmes. Ces jeunes n'arrivent peut-être pas forcément à mettre des mots sur ce rejet ou ne s'en rendent pas compte, ce qui peut fausser leurs dires. Cela est peut-être inconscient, ils ne se rendent pas forcément compte que leurs problèmes d'hygiène peuvent être en lien avec le rejet de leur corps. Ce rejet peut avoir un lien avec la suite, soit la rébellion du passage enfant-adulte par rapport au corps.

#### 2.2.5 Rébellion contre le passage enfant-adulte de son corps

La rébellion contre le changement corporel lors du passage enfant-adulte a en quelque sorte un lien avec le rejet de soi lors de la métamorphose et du fait aussi d'avoir un rapport compliqué ou une mauvaise confrontation avec son corps. Effectivement, lors de ce changement corporel, l'enfant passe d'un corps d'enfant à un corps d'adulte qui se forme. La taille augmente, les poils poussent, de nouvelles odeurs apparaissent, les seins grandissent... Ce changement peut être radical ou prendre du temps pour certains. Cela peut être très difficile à accepter ce qui peut engendrer alors une rébellion contre ce changement. Comme le dit Rousseau : « Nouveau corps, nouvel esprit, c'est la « seconde naissance. » (Fize, 2002, p. 16)



Pour ceux qui n'acceptent pas ce changement, des problèmes au niveau de l'hygiène peuvent se faire jour, du fait qu'on ne veut pas grandir et voir ce corps se transformer. D'après les jeunes avec qui je me suis entretenu, par exemple Jonas, lui ne veut pas grandir, vieillir, il veut rester jeune. Mathieu, lui, ne veut pas mûrir.

Pour Marie c'est un peu différent : « Oui, du fait d'avoir tous ces changements corporels, ce n'est pas facile à gérer et c'est énormément gênant, on ne veut pas assumer et accepter son nouveau corps, ses nouvelles odeurs, cette transpiration plus flagrante et les poils qui poussent... Oui c'est clair, c'est un passage difficile, une acceptation de soi. Je n'ai pas confiance en moi, du coup il est encore dur pour moi de gérer ce passage, il me faudra encore du temps, je pense... ».

Aline rejoint un peu Marie mais cela ne la dérange pas de devenir adulte : « Bien sûr que ça m'énervé mais je peux rien y faire à part faire des monstres régimes, enfin je ne sais pas si ça peut atténuer mes odeurs de transpiration. J'aimerais tellement avoir un joli corps et être bien dans ma peau comme toutes ces femmes à la télé. Y'a de la rébellion lorsque ton corps change, après ça ne me dérange pas de devenir adulte, au contraire y'aura moins de problèmes quand on sera plus grand. »

Pour Éric, c'est totalement l'inverse : « Non au contraire, en fait j'ai voulu sculpter mon corps dès que j'ai commencé à grandir. J'aime mon corps. A part la barbe, je me rase vraiment quand je me dis que c'est trop. Je préfère mon corps de maintenant. Tranquille, je vais pouvoir devenir indépendant, être libre, sans papa et maman derrière ».

L'infirmière de St-Maurice voit cela différemment : « Il y a les problèmes de genre, d'identification sexuelle, je n'en ai pas eu beaucoup mais quand c'est le cas, la relation au corps est compliquée et cela engendre des problématiques au niveau de l'hygiène. Je trouve qu'il y a beaucoup de changements vers la 5<sup>ème</sup> et 6<sup>ème</sup> primaire, puis ça s'estompe au cycle parce qu'ils veulent se fondre dans la masse et plus tard il y a cette affirmation de personnalité vers 16 ans. »

On se rend compte alors que peu importe que l'on soit une fille ou un garçon, ce changement corporel, cette rébellion du passage enfant-adulte est différente pour tous. Je pense que cela peut dépendre de la transformation que l'on subit et de la manière dont on va accepter ou pas cette métamorphose. Notre hygiène corporelle va dépendre de l'acceptation et de l'envie que l'on a de prendre soin de son corps lors de cette métamorphose ou, comme le dit l'infirmière, lors des problèmes liés au genre et à l'identification sexuelle. Ce qui m'amène au point suivant : le désaccord avec les parents, la rébellion contre ces changements, ce passage à l'adulte peut engendrer un désaccord, une rébellion contre les parents ce qui amènerait des problèmes d'hygiène ?

#### 2.2.6 Désaccord avec les parents

On parle beaucoup de crise de l'adolescence, de ces ados qui sont sans cesse en confrontation avec leurs parents. Qui n'a jamais, à cette période-là, été à l'encontre de ses parents pour avoir juste le dernier mot, se faire entendre ?

D'après le site *Psychologies*, (Psychologies.com, 2014), les psychiatres et les psychanalystes sont formels : la crise d'adolescence, dans sa forme tapageuse, n'est pas une étape obligée dans la vie. « L'adolescence est d'abord un phénomène physiologique : elle correspond à la puberté, un moment où le corps se transforme, où l'enfant devient un adulte. Le jeune qui traverse la puberté s'interroge, fatalement, sur quantité de sujets, il remet en question ses parents, les valeurs qui lui ont été

transmises. Cela se traduit forcément par une crise psychique interne, mais ça ne veut pas dire qu'elle sera extériorisée. » En d'autres termes, si chacun d'entre nous vit, à cette période-là, une crise en son for intérieur, celle-ci ne se manifeste pas forcément de façon « bruyante » et « comportementale ».

Le livre *Idées reçues*, (Fize, 2002), dénonce l'idée que :

L'adolescent a besoin de combattre ses parents pour « renaître » à lui-même, qu'il doit les trouver sur sa route pour s'y opposer et leur montrer « qui il est » vraiment. Le conflit ferait, en somme, partie du passage de l'adolescent. C'est inexact. Les attitudes d'opposition et de contestation de l'adolescent ne sont que le résultat du refus des parents de ces ados de satisfaire leur besoin d'affirmation. La proximité des parents, qu'il recherchait comme enfant, devient soudain une promiscuité, insupportable, qui vient freiner son émancipation. Ainsi devant « l'effacement » de l'enfant, parfois les parents tardent-ils à s'adapter au nouveau venu : l'adolescent. Ce qui dissimule, par conséquent, l'idée de « crise d'adolescence », c'est la réalité de rapports de pouvoir exprimés par des parents autoritaires, rapports devenus insupportables aux adolescents. (pp.93-97)

D'après les communications personnelles des participants concernant le désaccord avec les parents face à l'hygiène, je n'ai pas récolté beaucoup d'éléments qui peuvent me faire penser que les problèmes d'hygiène viennent de là et donc cela ne rejoint pas totalement les ressources citées plus haut.

Par exemple, Lara : « Non, je ne suis pas comme ma sœur, non je n'étais pas du tout comme ça, pour moi les problèmes d'hygiène que j'ai viennent de l'adolescence, de la puberté. » Pour Mathieu : « Je suis souvent en désaccord avec mes parents mais sinon rien à voir avec l'hygiène, à part pour les habits, ils veulent que je m'habille comme eux ils veulent ». Aude le rejoint un peu : « Je me rebelle pas mal mais ça n'a rien avoir avec l'hygiène parce que l'hygiène ça me concerne, pas mes parents. »

Bertrand, lui, provoque un peu ses parents : « Ça dépend, on se prend la tête quand ils savent que je me suis rasé le torse, ils n'aiment pas ça. Alors quand je vais à la douche, ils me prennent la tête alors ça arrive que quand on s'énervé, je ne vais même pas prendre ma douche pour finir. » Jonas fait de même : « Ils me demandaient de me sécher parce, que par exemple, les linges je ne les utilisais pas, je n'ai pas envie, je m'habillais comme ça en étant mouillé, juste pour faire chier et en plus j'avais chaud ».

On constate que pour la plupart, être en désaccord avec leurs parents n'est pas forcément lié à une mauvaise hygiène, à part pour Jonas et Bertrand. Ce ne sont pas ces cas-là qui, à mon sens, engendrent des problèmes d'hygiène. Si je prends le cas d'Éric, celui-ci est à part des autres : « Actuellement je vis tout seul. À la puberté, j'étais avec ma mère mais déjà avant, ça n'allait pas, ça engendrait pas mal de problèmes, ma mère et moi, on est des personnes qui ne se laissent pas faire, du coup on s'embrouillait tout le temps et on m'a séparé de ma mère. Ils m'ont mis trois semaines en internat et après je suis allé chez mon père. Maintenant je vis en coloc parce que mon père ne pouvait plus me garder. Je n'ai pas eu des parents sévères sur l'hygiène, ils s'en fichaient totalement. Je sortais tout le temps et sinon le reste du temps je jouais à la Play ». Pour Éric, on peut se rendre compte que le fait d'avoir une hygiène minimale peut venir d'un manque d'éducation de la part de des parents. Que, pour lui, ce n'est pas forcément une chose importante, que ce n'est pas une habitude de se soigner.

Selon le site *Mon ado ne veut pas se laver*, (Radi, 2016), avoir une bonne hygiène est un facteur primordial dans l'existence d'un être humain. La grande majorité des personnes prennent une douche une fois par jour. D'autres, prennent plusieurs douches par jour, ce qui n'est pas bon pour leur peau. A l'opposé, certaines personnes ne prennent pas une douche par jour mais tous les deux-trois jours voire plus. Vous avez beau vous battre avec votre adolescent à ce sujet, il ne veut rien entendre puisqu'il est dans sa période "rebelle". Comment le convaincre que se laver est très important ? Pendant l'adolescence, vos enfants ne sont pas faciles à gérer. Ils sont à la recherche de leur identité et ont tendance à se montrer plutôt agressifs, voire vulgaires.

Pendant cette période de leur vie, ils se testent et vous testent par la même occasion en vous faisant subir des crises de nerfs ou autres. Ils font des "expériences" sans spécialement mesurer la conséquence de leurs actes étant donné qu'ils sont en pleine "rébellion" face à eux-mêmes et tous ceux qui les entourent. Certains la connaîtront autour des 12 ans, d'autres vers 17 ans, alors que les adolescents de vos voisins ne connaîtront peut-être jamais de problème.

Voici quelques raisons, par exemple, d'après ce site, pour lesquelles un ado refuse de se laver :

- C'est une perte de temps considérable. Il doit penser que prendre une douche est du temps perdu qu'il pourrait utiliser à jouer à la PlayStation avec ses copains, à regarder un film ou encore envoyer des messages à sa petite amie.
- Il ne comprend pas à quoi bon se laver puisqu'il ne semble pas sentir mauvais. Ses amis proches ne lui ont jamais dit qu'il sentait mauvais. Pourquoi se laver ? Il a ses amis et sa petite amie à ses côtés, tout va pour le mieux.
- Il ne prend aucun plaisir à prendre une douche. Les adolescents n'en font qu'à leur tête et effectuent seulement les tâches qui ne les dérangent pas. Pourquoi prendre une douche s'il ne prend aucun plaisir ?

Les adolescents passent souvent par une phase compliquée de leur existence, phase pendant laquelle ils sont à la recherche de leur identité. Pour justement trouver cette dernière, ils font de nombreuses expériences, comme notamment, refuser de se laver. Ils ne se lavent pas pour différentes raisons mais ne sont pas spécialement conscients de toutes les conséquences qui pourraient découler de ce manque d'hygiène. En prenant conscience de ces conséquences, ils pourront peut-être changer de comportement, mais pour d'autres, la prise de conscience n'aura malheureusement pas lieu demain...(Radi, 2016)

Les problèmes d'hygiène des ados du SEMO, ne viennent pas forcément du désaccord avec leurs parents, en lisant ces sites ou Fize, les participants ne sont pas totalement conscients ou ne sont pas encore passés dans la phase de désaccord avec les parents, ou bien celle-ci n'a pas engendré une problématique au niveau de l'hygiène.

### 2.2.7 Le corps est-il un langage, une manière de s'exprimer ?

Je termine le côté psychologique consacré à l'hygiène avec le point : le corps est-il un langage, une manière de s'exprimer pour ces adolescents. Avoir une mauvaise hygiène, est-ce simplement un besoin de s'exprimer ?

D'après les jeunes avec qui je me suis entretenu, certains n'ont pas su comprendre que le corps est peut-être un moyen de s'exprimer. Il y en a qui n'ont pas su quoi me répondre et d'autres ont pu m'apporter quelques informations.

Si je prends le témoignage de Jonas, pour lui le corps, ce qu'on en fait, est un langage : « C'était compliqué avec mes cheveux, je mettais un bonnet. Cela dépend des personnes, l'hygiène ce n'est pas que pour soi, c'est aussi pour l'entourage ». Pour Aude, le corps fait ressortir les émotions mais c'est aussi à cause des hormones : « On m'a souvent dit que si je transpirais beaucoup c'est parce que je suis trop nerveuse et du coup que chaque émotion va prendre des grandes proportions, moi je pense que c'est surtout à cause des hormones et que je n'ai pas de chance ». Selon Marie, le corps est peut-être une manière de s'exprimer : « Sûrement, ça dépend comment on est, si on veut se mettre en valeur ou pas. Le corps veut toujours dire quelque chose, soit on veut cacher ou montrer ».

D'après l'article *Langages et corps à l'adolescence*, (Conrath, 2011) :

L'adolescence, période de passage, de mutation, de transformations, de réactivation de l'œdipe et de mise en acte de conflits archaïques réactualisés par le réel du sexe. Le corps présenté, représenté, dissimulé, exacerbé, transformé est le support central de ce langage propre à l'adolescence. Toutes les modalités de rencontre avec l'adolescent entraînent, peu ou prou, un engagement du corps qui permet une reconnaissance en introduisant un jeu identitaire dont la particularité, aujourd'hui, est de s'adresser avant tout à ses pairs bien plus qu'aux adultes comme le souligne David Le Breton. Néanmoins, cette mutation qui caractérise l'adolescence ne se fait pas sans risques. Les altérations du corps, les conduites extrêmes ou encore les marques sur le corps sont autant de tentatives de l'adolescent pour accéder au lien social, révélatrices de souffrances liées aux profondes transformations de l'adolescence, dans un monde où le sentiment de solitude est omniprésent.

Le langage du corps est peut-être propre à chacun, notre corps est sans doute l'image que l'on veut montrer aux autres et qui renvoie ce que l'on est vraiment. Une bonne ou une mauvaise hygiène est, je pense, l'image que l'on peut donner par rapport au fait d'avoir une bonne estime de soi ou non. Si on se sent bien dans sa tête, on se sentira bien dans son corps ou l'inverse.

### 2.2.8 Synthèse liée à la psychologie

Pour conclure avec le thème de la psychologie, on peut dire que ce point-là est le résultat lié aux changements biologiques car nos hormones modifient le corps, son apparence. L'aspect psychologique entre en compte lorsque, durant l'adolescence, le corps change et du fait que l'on accepte ou non cette métamorphose. On peut constater que les problèmes d'hygiène sont étroitement liés à cet aspect psychologique. Certes, l'aspect biologique est un des facteurs qui va avoir un impact sur ce côté psychologique et qui va donc avoir des conséquences au point de vue de l'hygiène.

On peut percevoir cela avec les adolescents qui ont une basse estime d'eux-mêmes. Effectivement avoir une basse estime engendrera un mal être et donc ils n'auront pas l'envie de prendre soin d'eux-mêmes. Une basse estime de soi amènera peut-être un rapport compliqué ou une confrontation avec son corps. Un rapport compliqué avec soi peut apporter des complications au niveau de l'hygiène, le fait de ne pas accepter ces changements, cette métamorphose. L'adolescence est un passage compliqué de la vie, un passage rempli d'incompréhension et de rébellion, que ce soit contre soi ou à l'encontre de

ses proches. La rébellion est un passage obligé pour certains adolescents, mais ce n'est pas forcément cela qui peut engendrer les problèmes d'hygiène.

On a l'impression de ne pas être écouté et on ne comprend pas forcément ce qui se passe, pourquoi ces changements, pourquoi ces problèmes, cette transpiration excessive, ces poils qui n'arrêtent pas de pousser, ce mal être au quotidien. À l'inverse, est-ce que les ados qui se sentent bien ont eux aussi des problèmes d'hygiène ?

Dans les témoignages, filles ou garçons, ce qui ressort le plus, c'est que la métamorphose du corps pousse les ados à s'enfermer dans une carapace qui, peut-être, engendrera des problèmes d'hygiène.

Comme cité dans l'introduction, durant les cours de Assaouie D. (communication personnelle [Présentation PowerPoint], 2015) :

L'adolescence est une période chargée d'angoisse pour les parents et l'adolescent lui-même, souvent liée à une période remplie de confrontations et de problèmes. C'est la période où le corps change, en lien avec la puberté et les hormones sécrétées par les glandes endocrines. C'est de plus à la fin de l'adolescence que la personnalité s'exprime et s'affirme. La personnalité se définit comme l'ensemble des différents modes de réactions aux objets et aux personnes qui sont particuliers à un individu et relativement durables.

### 2.3 L'adolescent et les problèmes d'hygiène liés à la société

Ce troisième axe réunit l'adolescent et la société. Je veux dire par là, que la société peut influencer un ado, lors de sa puberté, de sa métamorphose par rapport à une mauvaise hygiène. Des familles peuvent avoir des problèmes au niveau financier, le fait d'avoir une grande famille n'aide peut-être pas beaucoup non plus. Et à cet âge-là, l'affirmation de soi passe par le look et l'acceptation par le groupe de pairs que l'on va côtoyer. Ces points peuvent influencer le rapport à l'hygiène. La société est la suite logique par rapport à la biologie et la psychologie.

#### 2.3.1 Revenus faibles dans les familles

Par rapport à ce thème qui concerne les revenus faibles, je me demandais si le fait d'avoir un faible revenu pouvait occasionner des problèmes d'hygiène au sein de la famille. Effectivement, en Suisse, il faut avoir un bon salaire pour vivre aisément car les produits sont chers et malheureusement tout le monde n'a pas les moyens de financer ce qu'il veut.

Les communications personnelles des participants ont pu m'aider à comprendre si le fait d'avoir des faibles revenus pouvait porter préjudice à une bonne hygiène. Je peux constater que pour Jonas et Éric, l'aspect financier est quelque chose d'important : eux-mêmes et leur famille doivent être attentifs à chaque dépense.

Jonas : « On peut moins se procurer de produits, par exemple, mon shampoing, je ne sais pas s'il y a une date de péremption, en attendant il sent bon mais il date quand même d'un moment et il faudrait que j'en prenne un autre et il faudra que je paie de ma poche. J'ai acheté un produit de douche et on me l'a pris, du coup il faut que je m'arrange avec mon père s'il est d'accord d'acheter, parfois il faut se contenter de ce qu'on a déjà ».

Éric : « Je paie ma bouffe, mon loyer, tout, les assurances, le wifi, l'électricité, les habits. Je suis au social alors je ne gagne pas énormément. Parfois, ça m'arrive encore de jouer à la

Play tout le week-end, tout dépend de l'argent que j'ai. Du coup, je reste enfermé dans la chambre. En fait, je paie toujours les choses importantes et après ce qu'il me reste c'est pour moi. Quand je n'ai plus d'argent pour me payer des produits de douche, alors quand je vais chez des potes, ils me filent des trucs, ma grand-mère aussi et parfois mon père, sinon je n'y arriverais pas. Je ne vis pas, je survis. Ça fait deux ans que c'est comme ça, au début c'est dur mais on s'habitue ».

On peut constater que pour ces deux jeunes gens, l'aspect financier est un problème et qu'ils ont de la peine à subvenir à leurs besoins. L'argent est rare et donc important pour eux. Ils savent mettre des priorités et l'hygiène n'est donc pas forcément un aspect primordial dans leur vie. Les autres témoignages ne font pas ressortir une aussi grande difficulté au niveau financier. Certes, les familles ne roulent pas sur l'or comme elles le disent mais elles arrivent très bien à s'en sortir. Pour eux ce n'est donc pas l'argent qui peut poser problème au niveau de l'hygiène.

Le point de vue des infirmières est différent. Pour elles, ce n'est pas forcément ceux qui ont des revenus faibles qui ont des problèmes. Les familles qui vivent avec peu ont des ressources incroyables. Parfois il y a des familles qui vivent avec plus et où c'est encore plus problématique. Le fait d'avoir des revenus faibles peut engendrer des problématiques d'hygiène. Effectivement, il n'y aura pas tout le temps des produits de douche en suffisance, mais on constate que les deux jeunes hommes cités au-dessus s'en sortent et cela rejoint le discours des infirmières qui expliquent que les personnes à faible revenu trouvent les ressources nécessaires. Apparemment le budget n'est peut-être pas un critère à prendre en compte dans les questions d'hygiène.

### 2.3.2 Les grandes familles

Les grandes familles sont peut-être une exception, non seulement parce que plus nous sommes, plus il faudra dépenser d'argent pour subvenir aux besoins de sa famille et l'hygiène fait partie des besoins, mais aussi le fait d'être nombreux à la maison peut occasionner des problèmes d'hygiène car on manque de temps, il n'y a plus assez d'eau chaude.

Selon les communications personnelles des jeunes du SEMO, faire partie d'une grande famille peut amener quelques problèmes. Comme Mathieu le dit : « J'ai une petite sœur et une grande sœur et je vis avec mes parents. Avec ma petite sœur, il y a tout le temps des complications, elle veut toujours se laver en dernier et moi aussi ; elles restent toutes les deux longtemps dans le bain alors je dois attendre ». Aline, qui a une grande famille : « Oui, quand même, j'ai trois sœurs et un frère, du coup ça fait du monde avec mes parents aussi. On a deux salles de bains, mais même comme ça, c'est vraiment compliqué. Parfois c'est occupé et je n'ai pas le temps d'attendre alors je pars ou je vais me coucher sans me doucher. »

Pour Aude, c'est aussi compliqué : « Je vis avec mes parents, dans une grande villa et mes deux sœurs, du coup on est 4 nanas à la maison et c'est compliqué pour l'utilisation de la salle de bain parce qu'on a qu'une grande salle de bain pour les quatre, mon père en a une pour lui. Alors c'est vrai que c'est arrivé que je ne puisse pas utiliser la salle de bain le matin ou le soir parce que ma grande sœur ne me la laissait pas. Du coup, c'est arrivé que je parte à l'école sans avoir pu me doucher ou me laver au moins le visage, ça m'a beaucoup pris la tête du fait que je transpirais beaucoup et j'avais aussi les cheveux qui devenaient vite gras. »



Dans les grandes familles, il peut donc être plus compliqué de se laver. Si je prends le cas de Simon qui vit seul avec son père, il n'a aucun souci par rapport à l'utilisation de la salle de bain. Idem pour Bertrand qui n'a pas une grande famille. On constate alors que la « grande famille » peut influencer sur les problèmes d'hygiène.

### 2.3.3 Le look et l'influence du groupe de pairs

Selon le livre *Idee reçues* : (Fize, 2009)

L'adolescence est le temps de l'affirmation, c'est d'abord une mise en scène de soi, pour soi, pour être aussi convenablement, avec les autres. Elle implique des signes de reconnaissance et d'appartenance. La parure est l'un de ces marqueurs. Le vêtement, c'est sa fonction première, renseigne sur soi, sur l'idée qu'on se fait de soi-même, sur les autres également. C'est en quelque sorte une communication non verbale. Le « look » (habillement, corps, cheveux, maquillage...) est plaisir et contrainte à la fois. S'il veut être reconnu, l'adolescent n'a pas le choix. (pp.61-62)

Le corps agit sur l'esprit, comme l'esprit sur le corps. Quelque fois, il suffit d'un petit rien, une visite chez le coiffeur, un trait de maquillage, une tenue un peu recherchée pour vous gonfler à bloc. Soigner son look, c'est faire preuve de respect envers soi et envers les autres. Un look, cela vous positionne, cette étape consiste à trouver son style, celui qui saura le mieux vous mettre en valeur, masquer vos défauts et valoriser vos qualités. (Lanchon & Gastaut, 2003) (p. 41)

À un certain âge, le look et le groupe de pairs avec qui l'on sort peut, peut-être, avoir une grande influence sur nous, sur notre hygiène. Comme dit Fize, c'est le besoin d'appartenance, de reconnaissance qui est très accentué durant l'adolescence. Les communications personnelles des participants sont intéressantes à ce sujet.

Jonas : « J'avais des dreads mais c'était pas du tout hygiénique, compliqué à laver, quand on les détache, c'est juste affreux, on ne se rend pas compte que ce qu'on a sa sur la tête, c'est dégueulasse. Disons que j'essaie d'avoir des cheveux longs pour l'esthétique et parce que j'écoute du métal. En dehors, j'ai des bottes de l'armée, pantalon militaire, t-shirt noir de métal avec un gilet, un bandana et une veste en cuir. Oui, j'ai chaud avec tout ça et ça ne sent pas bon. Oui, ça peut influencer sur l'hygiène ».

Mathieu : « Je suis métalleux, cheveux longs, habits typiques, t-shirt avec le nom du groupe, jacket avec des badges, on a des rangers et des vestes en cuir. Mais je ne peux pas m'acheter de veste en cuir parce qu'elle s'effrite avec moi. On transpire plus parce que, quand on va dans un concert et dans le public, on est à peu près 700 personnes. Du coup, ça fait transpirer, surtout avec les habits chauds. Par exemple, les rappeurs vont moins transpirer que nous. Je transpire déjà en étant habillé normalement. Ce qui nous influence, c'est si on idolâtre quelqu'un, on va faire tout comme lui. Perso, ça ne m'a pas influencé sur l'hygiène mais je pense que si quelqu'un que j'admire avait une mauvaise hygiène, je pourrais peut-être faire la même chose... ».

Bénédicte : « Je suis souvent en training, pull à capuche, baskets, cheveux attachés. Je me considère propre mais les hippies je les trouve sales, pas appropriés. Les gothiques, c'est la même chose, ils donnent une image sale d'eux, on n'a pas envie de les approcher. Pour l'effet de groupe ça dépend, c'est-à-dire il y a les gentils et les méchants. Les gentils ne font pas n'importe quoi par rapport aux méchants qui, eux, font n'importe quoi. Je suis plus dans un groupe de méchants. Je suis souvent en training avec les potes ou quand j'étais à l'école mais après quand je rentrais à la maison, je repassais gentille, je ne sortais pas le soir parce

que je n'avais pas le droit. Du coup, je n'ai jamais été embarquée trop longtemps alors je me suis jamais laissé aller par rapport à l'hygiène ».

Marie : « Le look peut engendrer des problèmes d'hygiène, genre les hippies qui se baladent pieds nus, ils prennent moins de douches mais bon ce n'est peut-être pas forcément une généralité. Leurs cheveux sont souvent sales. Le look a à voir avec des problèmes d'hygiène mais après ça dépend des personnes. Celui qui traîne avec des gens soignés, il sera lui aussi plus soigné. Oui, je pense que le groupe avec qui on traîne, ça peut avoir une influence. Après si quelqu'un ne se douche pas, je ne vais pas forcément pas me doucher. Je pense que cela a surtout à voir avec la personnalité. Par exemple, si t'es un suiveur tu vas faire comme les autres et si tu es un leader, les autres vont faire comme toi, il y a donc une influence ».

Éric : « Je suis une personne complètement différente au boulot par ou à la maison. A la maison, c'est pour me reposer et au boulot je suis au taquet. Disons que mon look, c'est pour déranger les gens. La crête par exemple, c'est juste pour déranger. J'ai pas mal de looks différents, parfois je m'en fous de tout, en fait tout dépend de comment je me sens, de l'humeur du jour. Je ne pense pas que ça peut influencer sur l'hygiène, je pense que c'est la personne qui choisit de faire comme ça. Mes potes, ils prennent soin d'eux, moi pas du tout ».

Pour ces jeunes qui ont un certain look, qui veulent s'affirmer et montrer leur appartenance, on constate que, suivant l'image qu'ils veulent montrer, il y aura ou non des problèmes d'hygiène. L'effet de groupe est aussi une chose qui peut les influencer, comme le dit Marie, ça dépend si on est un suiveur ou pas. Éric est plutôt un solitaire, pour lui on choisit d'être comme ça ou non.

Les autres participants, comme Debby, Lara, Aline, Bertrand, n'ont pas forcément de look à proprement parler, ils se considèrent comme « normaux » et s'habillent selon ce qu'ils ont à la maison. Pour eux, l'influence du groupe de pairs n'est pas quelque chose qui les atteint car ils n'ont pas beaucoup d'amis. Ils ne subissent pas de fortes influences.

Le look et le groupe de pairs sont importants pour certains jeunes afin de s'affirmer dans la société. Ceux qui ont des amis seront influencés par ceux-ci et le look qu'ils vont choisir ne fera qu'un avec ce groupe. Ils peuvent donc avoir des problèmes d'hygiène liés à l'apparence. Ceux qui n'ont pas vraiment de contacts, n'ont donc pas forcément de look spécifique et par conséquent n'ont pas les problèmes d'hygiène liés à un look particulier.

#### 2.3.4 Synthèse liée à la société

Dans ce thème, je voulais vérifier ce qui pouvait amener des problèmes d'hygiène chez les adolescents en lien avec la société. On peut observer que les problèmes financiers dans certaines familles peuvent engendrer des complications au niveau des achats et donc des produits de douche. Cependant, les jeunes concernés sont pleins de ressources et ce n'est donc pas la cause principale d'un manque d'hygiène.

Le fait d'être issu d'une grande famille influe aussi sur l'aspect financier mais plus encore sur le temps que les gens passent dans leur salle de bain. Mais ce n'est pas non plus un aspect principal engendrant des problèmes d'hygiène.

Si on se base sur l'aspect du look ou de l'influence du groupe de pairs, la donne change. Cette recherche d'identification ou d'appartenance à un groupe peut engendrer une mauvaise hygiène, le fait d'être influencé ou bien d'avoir un look atypique est quelque peu problématique.

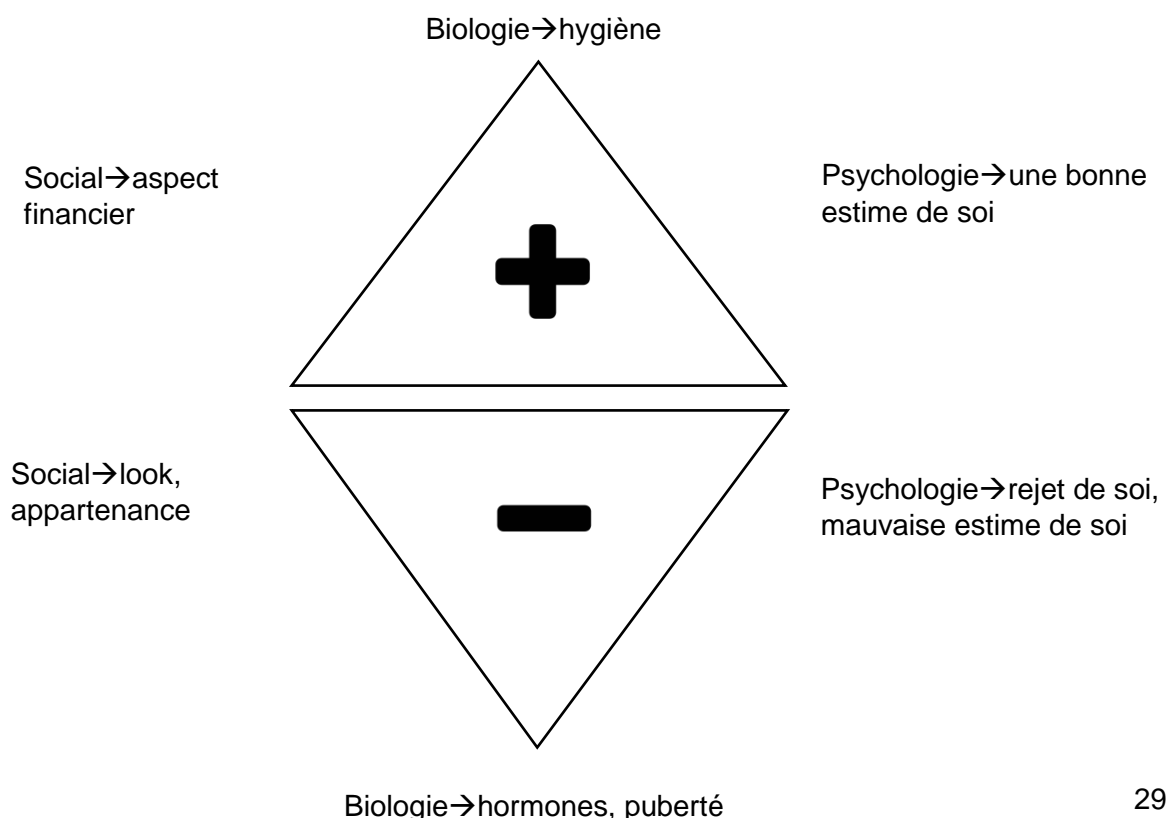


Ayant beaucoup parlé avec les deux infirmières, j'en arrive à la conclusion que les problèmes liés à la société viennent surtout de l'éducation que ces ados ont reçue. Une bonne éducation et une bonne écoute peuvent éviter que l'adolescent, lors de ce passage d'identification, ait des problèmes d'hygiène.

#### 2.4 Synthèse finale : réponse à la question de départ

Au SEMO de Monthey, nombre d'adolescents ont des problèmes d'hygiène. Mon but était avant tout de comprendre d'où venait ce problème et sachant maintenant y répondre, je peux désormais mieux comprendre ces adolescents, ce qui permet par la suite de mieux les accompagner. Pour rappel, ma question de départ est : « Qu'est-ce qui fait que certains adolescents du Semestre de Motivation ont des problèmes d'hygiène ? » Mes recherches se sont basées sur trois axes qui permettaient d'avoir les réponses à ma problématique. J'ai commencé par l'axe biologique pour essayer de comprendre la nature et comment l'être humain est fait et se modifie. Ensuite, l'aspect psychologique pour saisir, suite aux changements biologiques, ce qui se passe du côté de l'affect. Enfin, l'axe de la société afin de comprendre le social pouvait avoir un lien avec les problèmes d'hygiène. En préparant mon guide d'entretien, je me suis consacré à l'essentiel, ce qui m'a permis de bien cibler la problématique. Ces entretiens ainsi que les ouvrages et sites internet que j'ai pu lire m'ont apporté les réponses à mes questionnements.

Si je débute par du positif, je constate que chacun arrive à donner une définition de l'hygiène. Les jeunes se rendent compte qu'à l'adolescence, le corps change. Certains arrivent également à se positionner sur le côté psychologique, se remettre en question et prendre du recul sur la manière dont ils agissent avec leur santé, leur corps. Une bonne estime de soi permettra une meilleure confrontation à leur métamorphose. De plus, ils assument complètement de faire partie d'un groupe ou d'avoir un certain look. On se rend compte aussi que l'aspect financier n'est pas vraiment un problème dans les questions d'hygiène. L'aspect négatif est plus évident. (Voir schéma ci-dessous)



Pour commencer, l'aspect biologique est la réponse principale à mon questionnement. Comme on peut le constater dans le point 2.1 du développement, le fait du changement hormonal durant l'adolescence va provoquer chez ces jeunes diverses complications. Certains auront une transpiration excessive (due aux glandes sudoripares), beaucoup de poils qui poussent, des odeurs beaucoup plus fortes, les cheveux qui deviennent plus vite gras ainsi qu'une haleine différente. Ce changement hormonal va amener l'ado en pleine puberté physique. Chacun se rend compte de ces changements mais n'a pas la solution pour arrêter ou comprendre ce processus. Au niveau du « genre », les filles seront légèrement plus susceptibles de prendre soin d'elles, de peut-être camoufler ces changements. Il semble donc que ce qui amène ces ados à avoir des problèmes d'hygiène est principalement la conséquence d'un changement hormonal.

L'aspect psychologique est à mon sens une autre réponse à ma problématique. On pourrait se contenter de ce qui est biologique mais le côté psychologique est le cheminement de ces changements biologiques. On sait que chaque ado passe par la puberté avec de gros changements hormonaux. Mais un ado qui va bien dans sa tête n'aura aucun problème à passer cette étape et donc aura les ressources et les moyens pour que cette période ne soit pas une problématique au niveau de l'hygiène. Entre alors en compte le côté psychologique, où je constate que les jeunes qui manquent d'estime d'eux-mêmes ou qui n'acceptent pas la métamorphose, qui ont un rapport compliqué avec leur corps, ont plus de problèmes au niveau de l'hygiène. Effectivement le regard qu'ils auront sur eux-mêmes à la puberté peut mener à une mauvaise hygiène, du fait de ne pas accepter de voir leur corps changer : ils vont moins en prendre soin, d'où une mauvaise hygiène.

La société entre aussi en considération dans cette problématique. C'est la suite de la biologie et du côté psychologique. Les entretiens ont montré que ce ne sont pas forcément les familles avec un faible revenu ou bien le fait d'avoir une grande famille qui fait souci, c'est surtout la recherche d'eux-mêmes, de faire partie d'un groupe, leur appartenance. Cela peut engendrer des problèmes d'hygiène car le look qui peut leur correspondre peut amener à un certain laisser-aller, voire de la saleté. Ceux qui sont influençables peuvent prendre exemple sur ceux qui ont une mauvaise hygiène dans le seul but d'être acceptés. Entrent aussi en ligne de compte les problèmes d'identification sexuelle ainsi que l'éducation. Une éducation aimante peut éviter ce genre de recherche d'appartenance négative à tout prix.

En conclusion de cette recherche et de la question de recherche : « Qu'est ce qui fait que certains adolescents du SEMO ont des problèmes d'hygiène ? » la réponse est un croisement de ces trois axes :

Changements hormonaux qui peuvent engendrer une mauvaise estime de soi (on n'aime pas ce « nouveau » corps) ; recherche d'un nouveau look pour appartenir à tel ou tel groupe de pairs (dreads locks, noir gothique, etc.) ; manque d'éducation ou indifférence des adultes pour les aider à passer ce cap. Tous ces points amènent des problèmes d'hygiène.

## 3. Conclusion

---

### 3.1 Limites du travail

Pour mes recherches je me suis concentré seulement sur le Semestre de Motivation de Monthey. Mon but était de réaliser 15 entretiens, c'est-à-dire de partager avec 6 jeunes filles, 6 jeunes garçons, deux professionnelles de la santé ainsi qu'un MSP. Cependant, la réalité a fait que je n'ai pu réaliser que 11 entretiens avec les adolescents. Le mois d'août est également une période où nous accueillons les nouveaux arrivants au SEMO. J'ai donc dû, sur une courte durée, créer des liens avec les ados qui avaient une problématique au niveau de l'hygiène afin d'avoir de meilleurs entretiens et une coopération des participants. Ensuite, j'ai dû énormément insister afin de pouvoir avoir un entretien avec une infirmière scolaire, celle de Vouvry qui m'a renvoyée par la suite à l'infirmière de St-Maurice.

La recherche de documents a été aussi une étape compliquée. Il m'a été difficile de trouver des ouvrages ou des sites pouvant m'aider à approfondir mes recherches concernant les problèmes d'hygiène chez un adolescent. La documentation que j'ai pu trouver a été cependant d'une grande utilité.

Mes objectifs, que ce soit dans les limites de mon travail ou dans ce que je voulais atteindre étaient de mieux connaître ces adolescents avec qui je travaille. Définir ce qu'est l'hygiène, les normes d'hygiène, chose qui a pu être faite. Le fait de comprendre ce que peut ressentir un adolescent à la puberté ainsi que définir l'estime de soi, ressort dans le développement ainsi que dans l'introduction. J'ai pu aussi mesurer l'importance d'une bonne hygiène grâce aux documentations trouvées ainsi que lors des entretiens réalisés avec les infirmières scolaires.

Ma finalité était de mieux connaître les adolescents afin que je puisse mieux les accompagner. En connaissant mieux ces jeunes, je peux mieux comprendre maintenant ce qui les amène à avoir un manque au niveau de l'hygiène. En connaissant maintenant d'où viennent leurs problèmes, je peux mieux les aider à traverser ce passage difficile de la puberté.

### 3.2 Perspectives et pistes d'action professionnelles

- Action

En écrivant ce travail, mon but était de comprendre ce qui amène un adolescent à avoir des problèmes d'hygiène. Plus le travail avançait, plus je réfléchissais à une perspective d'action pouvant être mise en place pour aider ces jeunes à affronter leur problématique et réussir à les inciter à prendre soin de leur corps. En tant que MSP, comment peut-on accompagner concrètement ces ados et leur faire prendre conscience que du moment où on dérange, par rapport à nos odeurs par exemple, l'image que l'on donne aux autres est négative ? Comment accompagner, aider, sans blesser ?

Le fait aussi d'avoir partagé avec les infirmières m'a fait prendre conscience qu'il manque beaucoup de moments ou de journées consacrés à l'hygiène corporelle. Ces journées de prévention devraient commencer dès la primaire, continuer au cycle d'orientation et encore par la suite. Nous faisons de telles journées au Semestre de Motivation mais je pense qu'elles ne sont pas suffisantes et le but de ces journées n'est pas forcément compris par les ados. Je pense que nous pouvons nous améliorer par rapport aux messages que nous

voulons leur faire passer. Certes nous devons aussi faire attention aux stigmatisations et ne pas engendrer de problèmes par rapport à cela.

Je me suis dit aussi que nous pourrions également solliciter les parents, afin que cela puisse avoir un impact sur eux et leur permettrait d'ouvrir les yeux pour certains. Les sensibiliser sur les questions d'hygiène et sur l'importance que cela a dans notre société permettrait à ces parents d'accompagner leurs enfants, de mieux les comprendre et les aider.

Il m'est aussi venu à l'idée, d'instaurer un nouvel atelier au sein du SEMO, qui est un atelier « relooking », cela permettrait de faire un lien avec le manque d'hygiène ou de comment soigner son apparence. On pourrait considérer cet atelier comme une préparation à des entretiens professionnels ou à des stages en vue d'une place d'apprentissage.

Toutes ces actions sont bien sûr des hypothèses d'action qui pourraient peut-être permettre aux adolescents d'avoir moins de problèmes et rendre le sujet de l'hygiène moins tabou.

- Théorie

Au point de vue théorique, je pense que ma recherche peut déjà permettre de se rendre compte d'où peut provenir une mauvaise hygiène chez un adolescent. Cependant, pour que celle-ci soit encore plus pertinente, il faudrait s'entretenir avec un plus grand nombre d'adolescents. Ouvrir les recherches sur d'autres SEMO permettrait de constater si cette problématique est récurrente.

Je pense aussi qu'il faudrait faire ces recherches en se basant sur plusieurs âges, c'est-à-dire de s'entretenir avec des enfants qui sont en fin de primaire, des ados qui sont au cycle d'orientation et des jeunes adultes prêt à entreprendre un apprentissage.

Il serait également intéressant d'inclure dans la recherche des adolescents qui n'ont aucun problème d'hygiène. Cela permettrait alors d'avoir des recherches plus approfondies, de meilleurs résultats sur la question de départ. Il faudrait trouver beaucoup plus de documentation et prendre plus de temps pour faire des recherches plus concrètes et trouver des ouvrages plus pertinents. Cette étape faite, il faudrait s'entretenir avec d'autres ressources professionnelles, en plus des infirmières scolaires et dans le champ des professionnels de la santé. Cette étude terminée permettrait alors d'avoir beaucoup plus de matière afin que des personnes comme les MSP puissent mieux accompagner ces adolescents. Cela permettrait d'avoir de meilleurs outils et de mieux comprendre ces jeunes lors de leur puberté.

### 3.3 Conclusion personnelle

J'ai choisi de faire ce travail sur la problématique de l'hygiène et les adolescents car c'est un sujet auquel nous sommes souvent confrontés au sein du Semestre de Motivation à Monthey. Nous rencontrons fréquemment des jeunes qui ont de mauvaises odeurs, qui sont mal habillés, qui transpirent, qui ne sont pas bien coiffés et pour nous, en tant que responsables, c'est un sujet difficile à aborder. Je me demandais comment les accompagner et comment leur faire part de cette problématique. Cependant, j'ai ensuite pensé qu'avant de savoir comment les accompagner, il fallait en premier comprendre d'où provenait cette mauvaise hygiène. Je pense qu'avant de pouvoir travailler avec eux, il faut les comprendre, savoir d'où proviennent ces problèmes afin de pouvoir agir au mieux et mieux les

Il m'était logique, en commençant ce travail, de partir sur les trois axes, biologique, pour comprendre notre corps, psychologique afin de travailler sur l'esprit et société par rapport à l'environnement. À mon avis, ces trois domaines sont ceux qui touchent concrètement cette

problématique. Les entretiens ainsi que les discussions avec les infirmières m'ont permis de mieux comprendre les causes d'une mauvaise hygiène. Le résultat final obtenu est pour moi satisfaisant. Il est vrai que j'aurais préféré obtenir une seule réponse qui résolve ma problématique mais maintenant, je suis totalement en accord sur le fait que plusieurs résultats sont possibles. Ces résultats sont complémentaires et se rejoignent. Bien sûr, le point principal est la biologie. Je trouve cela logique et je ne verrais pas forcément d'autres possibilités.

Certes, une étude bien plus poussée permettrait peut-être de mettre en avant d'autres résultats, mais je pense que cela rejoindrait quand même mon travail. Maintenant que ces recherches ont été faites, que j'ai pu comprendre d'où les problèmes d'hygiènes proviennent, il me sera, en tant que responsable, MSP, plus facile et plus professionnel d'accompagner ces jeunes ainsi que de trouver des solutions face à cette problématique.

J'ai atteint le but souhaité et suis satisfaite du résultat obtenu.

## 4. Bibliographie

---

- Accompagnement socioprofessionnel. (s. d.). Consulté le 30.03.2017, à l'adresse <http://www.association-ami-epinal.fr/lassociation/accompagnement-socioprofessionnel.html>
- ASSAOUI, Djamel: Psychologie du développement de l'adolescent, 2015-2016
- Besson, C. (2000). *Profession travailleur social: savoir évaluer, oser s'impliquer*. Levallois-Perret: GMorin.
- Blamont, V., & Franek, C. (1995). *C'est pas facile de grandir !* Paris: De la Martinière Jeunesse.
- Conrath, P. (2011). Langages et corps à l'adolescence. *Le Journal des psychologues*, (293), 24-24.
- Définition de l'hygiène corporelle - Rapports de Stage - Sarahsarah14. (s. d.). Consulté le 14.10.2017 à l'adresse <http://www.etudier.com/dissertations/D%C3%A9finition-De-l%27Hygi%C3%A8ne-Corporelle/44282620.html>
- Définition du Travail Social. (s. d.). Consulté le 30.03.2017, à l'adresse <http://www.travail-social.com/Definition-du-Travail-Social>
- Fize, M. (2002). *Les adolescents*. Paris: Le Cavalier Bleu.
- Fize, M. (2009). *Les adolescents* (2e éd. revue et corrigée.). Paris: Le Cavalier Bleu.
- Histoire de l'Hygiène - fichier297.pdf. (s. d.). Consulté le 30.03.2017 à l'adresse <http://www.santepub-rouen.fr/Archives/fichier297.pdf>
- Lanchon, A., & Gastaut, C. (2003). *En finir avec vos complexes: des complexes, vous en avez, comme tout le monde. Alors d'où viennent-ils Et comment les surmonter ?* Paris: Ed. de la Martinière Jeunesse.
- Larousse, É. (s. d.). Définitions : hygiène - Dictionnaire de français Larousse. Consulté le 31.03.2017, à l'adresse <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/hygi%C3%A8ne/40927>

Les symptômes et les causes des problèmes hormonaux. (2014, mai 18). Consulté le 14 .10.2017, à l'adresse <http://amelioresetasante.com/symptomes-et-causes-des-problemes-hormonaux/>

L'hygiène à l'adolescence. (s. d.-a). Consulté le 01.04.2017, à l'adresse <http://www.vosquestionsdeparents.fr/dossier/1500/lhygiene-a-ladolescence>

L'hygiène à l'adolescence. (s. d.-b). Consulté le 21.10.2017, à l'adresse <http://www.vosquestionsdeparents.fr/dossier/1500/lhygiene-a-ladolescence>

L'hygiène corporelle - Accueil. (s. d.). Consulté le 01.04.2017, à l'adresse <http://www.lhygiene-corporelle.sitew.com>

OMS | Développement des adolescents. (s. d.). Consulté le 24.10.2017, à l'adresse [http://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/fr/](http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/fr/)

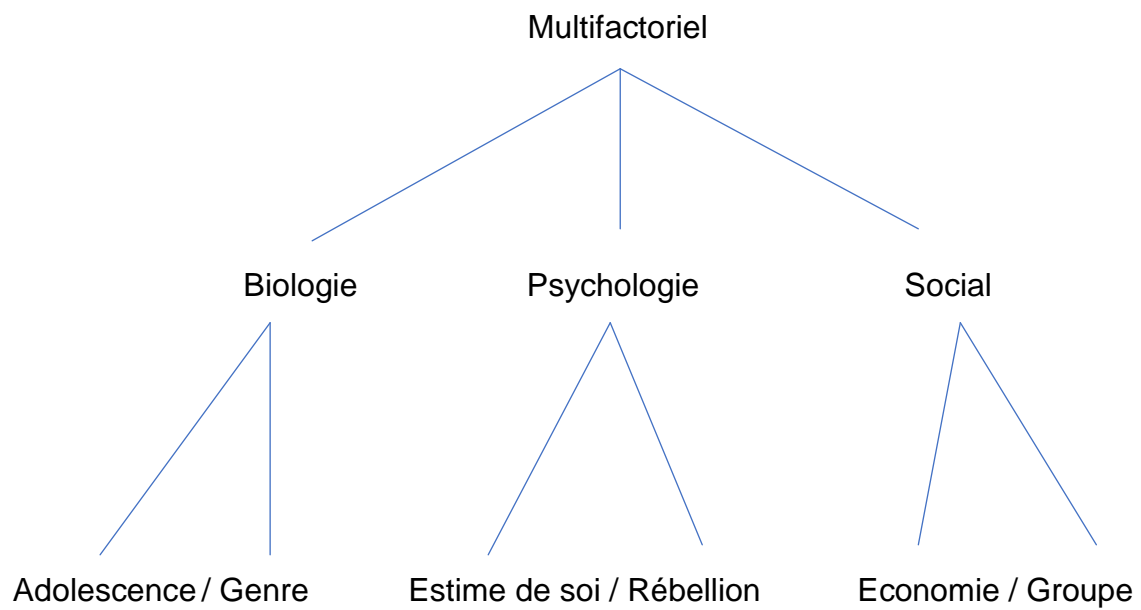
Psychologies.com. (2014, janvier 24). La crise d'ado, ce n'est pas obligatoire. Consulté le 22 10.2017 à l'adresse <http://www.psychologies.com/Famille/Ados/Crise-d-ados/Articles-et-Dossiers/La-crise-d-ado-ce-n-est-pas-obligatoire>

Radi, M. (2016, février 2). Mon ado ne veut pas se laver : les petits gestes du quotidien. Consulté le 23.10.2017, à l'adresse <https://www.educateur-rouen.fr/mon-ado-ne-veut-pas-se-laver/>

## 5. Annexes

---

### A : Corps d'hypothèse





## B : Guide d'entretien

### Thème 1 : biologie

#### **a) Adolescent**

- Changements hormonaux (odeurs)
- Puberté physique (poils, taille, changements du corps)
- Alimentation (haleine, transpiration, poids)

#### **b) Genre**

- Apparence fille/ garçons (plus ou moins soigné)
- Séduction

### Thème 2 : psychologie

#### **a) Estime de soi**

- Rapport compliqué avec son corps
- Mauvaise confrontation avec son corps
- Confrontation à la nudité
- Conserver son odeur (= se rassurer)
- Rejet de soi lors de la métamorphose
- Le corps est un langage

#### **b) Rébellion**

- Désaccord avec les parents
- Rébellion contre les changements corporels
- Rébellion passage enfant-adulte

### Thème 3 : social

#### **a) Économie**

- Revenues faibles
- Famille nombreuse
- Société actuelle

#### **b) Effet de groupe**

- Look (apparence des personnes)
- Influence du groupe de pairs

## C : Exemple de grilles de dépouillement

	<b>Infirmière scolaire Vouvry</b>	<b>Infirmière scolaire St-Maurice</b>
<b>Thème 1 biologie</b>	<p>Y travaille depuis 1999, 4 communes.</p> <p>Présente pour le cycle et l'école primaire, tous les âges de la scolarités obligatoire, 12 à 16 ans environ. Changements hormonaux à partir de la 5<sup>ème</sup> primaire.</p> <p>Elle aimerait bien faire des séances, amener des outils sur l'hygiène ; elle fait un peu de prévention, mais c'est un peu délicat. Elle propose aux enseignants de quand même dire aux élèves s'il y a des problèmes, peut-être qu'ils ne le savent pas. Elle pense que c'est important de le dire du moment où ça dérange les autres.</p> <p>Elle n'a jamais eu de cas d'élèves qui sont venus la voir pour des problèmes de transpirations ou autres.</p>	<p>Infirmière depuis 27 ans. Elle a travaillé 10 ans à l'hôpital, puis au centre médico-social jusqu'en 2016 et parallèlement aux soins à domicile. Ensuite, elle a commencé à travailler en milieu scolaire, d'abord les contrôles et puis, petit à petit, le scolaire a pris de la place et maintenant, elle est principalement occupée par la prévention et la promotion de la santé ; par l'alimentation et avec une partie en collaboration avec Addiction Valais. Elle a un bureau dans le cycle d'orientation à St-Maurice, elle est plus proche des élèves du cycle et de l'EPP.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➔ Beaucoup de promotion et de journées sur la santé</li> <li>➔ Elle pense que si on fait comme un jeu avec eux, comme ce qui se passe à la télé, on peut plus facilement les intéresser et les atteindre sur l'hygiène. (Genre relooking)</li> <li>➔ Décrochage des jeunes : quand ça ne va pas, ils ne voient pas de but à leur vie, du coup ils se laissent aller. Beaucoup de discussions par rapport à ce qui se passe en famille.</li> <li>➔ Elle dit que si d'un coup il y a un changement radical, c'est un signal d'alerte.</li> </ul>
Hygiène :	<p>« J'ai eu des demandes de certains profs, car ils sont très embêtés avec le sujet de l'hygiène, les profs font des sous-entendus. Ça m'interpelle et du coup j'interviens en faisant une approche un peu générale sur tous les besoins, celui d'être propre, de dormir enfin, j'englobe tout ça, pour être en bonne santé et après j'appuie un peu sur l'hygiène, on a des discussions avec les élèves. Un manque d'hygiène c'est les habits pas très propres, les cheveux gras, sentir la</p>	<p>« L'hygiène c'est déjà de prendre des douches tous les jours, avoir des habits propres, c'est ne pas sentir mauvais et se présenter bien sur soi, avec son style ou sa mode, mais pour moi c'est ça l'hygiène.</p> <p>Moi, quand je vois les élèves en bilan de santé, je me permets de leur dire si je vois qu'il y a un problème d'hygiène, j'essaie de travailler avec eux et leur dire par exemple : hé t'as pas les ongles propres, des trucs comme ça. On téléphone rarement aux</p>

	transpiration. Si on se lave pas y a une couche qui vient sur la peau et la peau ne peut plus respirer. La peau ne fait plus son travail de se défendre contre les agents extérieurs, les bactéries. C'est important d'enlever tout ça ».	parents ».
--	---	------------

Changements hormonaux :	« Commence à avoir des poils qui poussent, notamment sous les bras, le changement hormonal fait que l'odeur est différente, ils ne transpirent pas plus mais l'odeur est différente. Je pense que tout est lié (bio-psycho-social) ».	« Les ados je leur dit, qu'ils sont en train de grandir et que les hormones elles s'activent et qu'effectivement quand y a les hormones, y a plus d'odeurs. Chez les filles, plus de pilosité, les seins qui augmentent et puis les cheveux gras, les boutons. Ils ont beaucoup de soucis avec les boutons, je leur explique comment faire et puis on dit de changer régulièrement les habits. Les garçons je leur dis la même chose, que les hormones vont faire augmenter leur taille, la pilosité et il qu'ils vont surement plus transpirer ».
Puberté physique :	« Suite aux changements hormonaux, il résulte des changements physiques, poils, transpiration. »	« Je fais un bilan chaque année avec chaque élève, si j'estime qu'il y a un souci ou l'école me les envoie et je leur dis tout de suite. On voit, ou on sent tout de suite, on voit qu'ils ne sont pas bien dans leur peau ».
Alimentation-Haleine :	« Y a environ le 60 % qui mange à la cantine d'ici. C'est des menus Fourchette Verte. Mais c'est vrai que l'alimentation fait beaucoup sur l'hygiène. Dépend ce qu'ils mangent, ça peut sentir sur les habits, ça peut être aussi culturel ».	« Ça, ça va, je trouve qu'au niveau des dents, ils sont passablement suivis. De ce côté-là, ça va. Après, l'alimentation, c'est une grande histoire. Quand ils commencent à se rendre compte qu'ils prennent du poids ils vont vite s'améliorer. Ou les boutons qui apparaissent à cause des produits gras, alors ils font vite attention après ».
Apparence fille/garçon :	« Je dirais quand même plus que c'est les filles ; les filles sont, je dirais, un peu plus coquettes, mais bon y a aussi des garçons comme ça mais je pense que les filles font plus attention ».	« Je dirais que les filles elles savent plus camoufler et une fille est plus coquette et si elle se laisse aller c'est qu'elle va mal. Le garçon, c'est plus avec l'effet de mode. J'ai l'impression que les filles prennent plus soin d'elles ».
Séduction :		« Là, ils se retrouvent dans un milieu où ils doivent montrer leur identité, les émotions sont exacerbées. J'ai eu beaucoup de questions sur la sexualité ».

	Debby 16 ans	Marie 17 ans	Aline 17 ans	Bertrand 18 ans	Éric 19 ans
<b><u>Thème 1 biologie</u></b>	→L'entretien a été compliqué parce que le fait de parler de son papa l'a mise dans un état de tristesse. Je pense que cette jeune a un gros travail à faire là-dessus. Sa prise de poids et pour ma part un manque de son père ainsi que le fait de ne pas vouloir grandir et prendre soins d'elle.				→Pour lui c'est beaucoup à cause des parents si on ne se douche pas (l'éducation). Normalement cela doit être un réflexe imposé par les parents et si y'a pas ça, on n'aura pas ces réflexes plus tard.
Hygiène :	« Pour moi c'est se doucher, se laver les mains, d'être bien propre. Sentir bon le matin, bien être coiffé, mettre du déo. Je me lave tous les soirs. A la gym je	« C'est être propre, c'est-à-dire se laver, être soigneux, porter des habits qui sentent bons, ne pas avoir des ongles sales. Euh se respecter soi-même. Au moins	« L'hygiène pour moi c'est le fait de sentir bon, de se doucher et être habillé correctement. »	« C'est le fait de sentir bon, d'être propre sur soi et avoir des habits propres. »	« C'est de prendre soin de son corps en utilisant des produits qui existent, genre la douche, les produits pour les boutons si on a des boutons, pour le visage, des trucs comme ça. Je me douche une fois tous les deux jours. »

	transpire beaucoup. Sinon un peu la journée mais moins que si je fais du sport, ou si j'ai chaud. »	prendre une douche par jour. »			
Changements hormonaux :	« Chez les femmes surtout, quand on a les règles ou qu'on est enceinte. J'ai remarqué que je transpirais plus aussi. »	« Chez les filles y'a des hormones qui viennent, on devient complètement folle. Pi c'est ça qui aide à grandir. Y a des symptômes, je ne sais pas, comme avoir mal au dos, je dirais plus une transformation dans la tête, on change de comportement, on ne voit pas trop, c'est plus abstrait. »	« Pour moi les changements hormonaux c'est quand notre corps commence à changer, par exemple aussi on transpire plus et chez moi j'ai les poils qui ont beaucoup poussé. »	« Euh je ne sais pas trop, je pense c'est quand on commence à avoir des changements au niveau corporel, comme moi j'ai les poils et la barbe qui ont commencé à pousser. »	« Y a la voix qui mue, en étant un garçon, la barbe qui pousse un peu, on transpire un peu plus, de partout, du crâne, des avant-bras, sans faire d'efforts physique. Et les poils c'est un peu partout. »
Puberté physique :	« J'ai grandi un peu plus. J'ai beaucoup d'acné surtout au visage et quand je transpire c'est encore plus, depuis que j'ai 13	« Je pense que c'est la transformation plus physique, là on voit tout de suite les changements, par exemple les poils,	« Ben c'est quand les hormones commencent à évoluer, notre corps change comme je disais et là, on a les poils qui apparaissent,	« C'est un peu comme les changements hormonaux, on grandit, notre corps change, les poils poussent et on transpire un	« Y a déjà plus de boutons, l'acné. J'en ai encore de temps en temps par période, des fois ça passe et ça revient, ça dépend aussi de ce que je mange. »

	<p>ans, ça m'énerve. J'en ai aussi sur le dos ou sur les épaules. »</p>	<p>la transpiration. Au début c'est gênant, c'est nouveau, par exemple pour les poils c'est venu assez vite et beaucoup, alors tu ne sais pas quoi faire, tu caches, tu mets des gros pulls, t'en parles pas. Aussi tu transpires plus, tu prends des déos mais ça ne marche pas forcément tout le temps, c'est gênant. A l'école par exemple tu sens que tu transpires et tu penses que les autres sentent aussi du coup c'est gênant et on a peur du regard des autres. Je transpirais mais y en d'autres qui transpiraient plus et l'odeur est aussi plus forte. »</p>	<p>on sent une autre odeur, enfin on sent beaucoup plus fort qu'avant. Ha, y a aussi de l'acné qui vient. »</p>	<p>peu plus je trouve. »</p>	
--	---	---	---	------------------------------	--

Alimentation- Haleine :	« Oui, on sent beaucoup de la bouche maintenant alors il faut faire attention à ce qu'on mange sinon on va sentir mauvais de la bouche. »	« Ça c'est gênant, je n'aime pas parler de ça, c'est un sujet tabou, y'a un truc qui me gêne, si je dois sentir mauvais de la bouche, c'est super gênant. J'ai toujours des chewing-gums avec moi. Je déteste sentir mauvais de la bouche. Pi si quelqu'un sent mauvais de la bouche j'aurai de la peine à lui en parler parce que moi ça me mettrait mal à l'aise qu'on me le dise. Je pense que ça viendrait de si on ne se brosse pas les dents, ou s'ils ont un souci avec la langue. Mais tout ça je pense que ça peut venir de la nourriture qu'on	« Haha l'haleine... (rire nerveux) ben c'est quelque chose qui me complexe beaucoup, parce que l'on me fait souvent des remarques là-dessus et du coup c'est quelque chose qui me gêne... je sais pas pourquoi... Pourtant je me brosse les dents... mais je ne sais pas d'où l'odeur viendrait. Après c'est vrai que je ne mange pas toujours des choses saines. Du coup est ce que cela pourrait venir de là ? Enfin bref, je n'aime pas parler de ça. »	« Il faut faire attention à ce que l'on mange, sinon on va sentir mauvais de l'haleine, j'ai aussi remarqué que des fois quand on transpire on sent la nourriture que l'on a mangé, si y'a beaucoup d'oignons ou des choses comme ça, il faut vraiment bien se brosser les dents. »	« Si je mange acide, beaucoup, y'a des risques que j'aie des boutons sur le visage. Non pas spécialement d'odeur sinon. »
----------------------------	---	--	--	---	---



		mange aussi, par exemple on peut sentir l'oignon, l'ail enfin voilà... je n'aime pas parler de ça. »			
--	--	--	--	--	--

<b><u>Thème 2</u></b> <b><u>psychologie</u></b>					
Estime de soi :	« C'est prendre soin de soi. Sinon ça va, mais j'ai du poids en plus du coup ça me dérange. Avant je faisais beaucoup de sport mais j'ai arrêté et j'ai pris beaucoup de poids. Je mange beaucoup. »	« Je n'en ai pas alors je ne peux pas trop dire...c'est je ne sais pas, avoir confiance en soi, savoir qu'on est quelqu'un de bien, se trouver bien. Je n'ai pas confiance en moi donc je n'ai pas trop d'estime pour moi, j'y travaille... je fais tout pour faire bien pour éviter des remarques, il faudrait que les gens ils m'aient bien, je fais tout pour ça. »	« L'estime de soi pour moi c'est d'être reconnue, que les gens s'intéressent à toi, je pense que plus tu as des gens qui t'apprécient, plus tu auras de l'estime. Je n'ai pas beaucoup d'amies et j'ai l'impression que les gens se moquent de moi alors c'est difficile pour moi d'avoir de l'estime. »	« L'estime de soi c'est d'être bien dans sa tête et dans son corps. Je ne me sens pas avoir beaucoup d'estime mais pas non plus ne pas en avoir. »	« C'est de s'accepter comme on est. Non je ne m'accepte pas, vraiment pas, pas du tout. »
Rapport compliqué avec son corps :	« Ça dépend, quand je me regarde je trouve	« Inconsciemment je pense que si je n'ai pas confiance	« Oui quand même un peu, ben vous voyez bien que je	« Un petit peu quand même, c'est vrai que	« Je n'aime pas ma tête, je me trouve souvent moche, dans un miroir

	que j'ai trop pris de poids, du coup je me sens mal avec ça. »	en moi, ça peut venir de mon corps. Je suis petite par exemple, je fais genre mais en vrai je n'ai pas confiance. Peut-être au fond j'ai un problème avec mon corps. Et j'ai aussi la poitrine qui a très vite poussé et beaucoup et ça, ça été un problème pour moi. »	ne suis pas fine comme un clou et en plus de ça j'ai beaucoup de poils sur les avant-bras. Y en a même qui me disent que j'ai de la moustache. »	quand on voit tous ces poils qui apparaissent, ce n'est pas forcément facile d'accepter, et sous les aisselles ça aide pas parce que à cause des poils on va sentir un peu plus la transpiration. C'était dur à l'école parce que les autres ne changent pas forcément comme nous et moi ça me gênait d'aller à la piscine. »	je me vois et je me dis que je suis moche. Tout le temps, avec la barbe c'est encore pire et plus je me dis ça et moins je m'occupe de moi. Et moins je m'occupe de moi et moins je vais m'aimer. C'est un cercle vicieux en fait. Je me rase quasiment jamais, je ne lave pas mes lunettes. Mon mono sourcil je l'enlève quasiment jamais. Des trucs comme ça. Je devrais me couper les cheveux mais je ne le fais pas. »
--	--	---	--	---	--

	Lara 16 ans	Jonas M. 22 ans	Mathieu G 17 ans	Simon 17 ans	Bénédicte 17 ans	Aude 16 ans
<b><u>Thème 1 biologie</u></b>				<b>Durant l'entretien j'ai beaucoup parlé et il n'était pas du tout réceptif ou répondait très brièvement. Complicé pour moi... du coup j'ai</b>		

				<b>plus parlé de moi...j'étais très mal à l'aise.</b>		
Hygiène :	Problème d'hygiène= transpiration et niveau sportif.	« Maladie qu'on peut attraper sans se laver, les odeurs corporelles, ça embête aussi les autres, je transpire beaucoup avec les efforts. » → Se lave tous les jours	« L'hygiène corporelle, c'est l'odeur. Il faut se laver, mettre du parfum. » → Se lave 1 à 2 fois par jour	« Je pense c'est se laver comme ça, être présentable, je ne sais pas être propre, ne pas sentir mauvais, comme ça. Ben ne pas être transpirant à chaque fois, se doucher le soir. » → Se douche tous les jours	« L'hygiène c'est surtout sur les mains parce qu'on a beaucoup de bactéries. C'est aussi se prendre des douches ou des bains chaque jour, à cause de la transpiration. Mais surtout les mains. Je pense avoir une bonne hygiène. »	« L'hygiène pour moi, c'est d'avoir des habits propres ainsi qu'une bonne odeur corporelle. » → Se lave tous les matins
Changements hormonaux :	Glandes sudoripares donc augmentation de la transpiration, à 16 ans.	« C'est pour cela qu'on sent des odeurs. J'ai dû devenir plus soigné parce qu'il y avait de nouveaux secteurs à soigner. Plus de déodorant, tout le temps. Mettre quelque chose qui sent bon. »	« Nos hormones, c'est ce qui fait qu'on a de la barbe qu'on mue de la voix, les poils qui apparaissent. Je me douche matin et soir et j'ai toujours une mauvaise odeur, en fait je transpire beaucoup, et ça vient de partout, des aisselles, du torse, du dos. Y a des gens, ma copine qui me dit	« Y'a certaines personnes qui dégagent, non volontairement des odeurs. Je ne sais pas, à cause de la chaleur ? »	« C'est comment on grandit. Oui alors je transpirais plus, et il y avait des odeurs différentes, même sans faire de sport on transpire, mais voilà y a les déos maintenant, du coup ce n'est pas trop un problème. »	« Arrivé à l'adolescence, j'ai remarqué que je transpirais beaucoup, je pense que c'est dû aux changements hormonaux. J'ai aussi les poils qui ont commencés à pousser et des nouvelles odeurs qui sont apparues. »

			que je pue et 10 minutes avant j'ai pris une douche. Je peux me prendre une douche et 5 minutes après j'ai déjà les cheveux gras à cause de la transpiration. »			
--	--	--	---	--	--	--

<b>Thème 3 social</b>						
Revenus faibles :	« Je dirais plutôt revenus faibles" mais n'engendre pas de problème d'hygiène. Des fois je dois une ou deux fois prendre des gels douches à mon père parce que ma mère et moi on avait plus de gel douche féminins, mais le lendemain j'avais congé. »	« On peut moins se procurer des produits, c'est arrivé, là par exemple, mon shampoing, je ne sais pas s'il y a des dates de péremption, en attendant il sent bon mais ça date quand même d'un moment et il faudrait que j'en prenne un autre et ça faut que je paie de ma poche. J'ai acheté un produit	« Jamais, dès qu'on voit que ça se finit on va racheter, on a aussi des réserves. On n'a pas de souci par rapport à ça. »	« Avec mon père dans un appartement et avec ma mère et ma demi-sœur dans une maison, du coup on est dans la norme, nous c'est tout bon. »	« Ben on est dans une maison, avec trois salles de bains, mais si on est tous en même temps ça pose problème, mais sinon j'essaie de faire avant les autres ma douche. On n'a jamais eu de problème au niveau financier pour acheter les produits, du parfum. On a toujours des réserves. »	« A ça je n'ai jamais rien manqué, pour ça j'ai de la chance, parce que de ce point de vue-là, on a le nécessaire à disposition. »

		de douche et ma belle-mère me l'a pris, du coup c'est embêtant. Il faut que je m'arrange avec mon père s'il est d'accord d'acheter, des fois il faut se contenter de ce qu'on a déjà. Je préfère utiliser ce que j'achète moi. »				
Famille nombreuse :	Deux enfants et les parents. « On n'est pas douze à attendre à prendre sa douche. »	« Non, mon père ma belle-mère et son bébé. Si je dois aller en cours ou vite sortir, j'essaie toujours de prendre la douche en dernier, ça pose problème si la salle de bain est occupée. Gros problème à la maison, c'est l'hygiène. Beaucoup d'odeurs dans la maison. »	« J'ai une petite sœur et une grande sœur et je vis avec mes parents. Avec ma petite sœur, tout le temps des complications, elle veut toujours se laver en dernier et moi aussi. Elle, elle veut rester longtemps dans le bain alors j'attends 10-15 minutes et après je lui dis. »	« Ben la semaine je suis juste avec mon père et ma belle-mère. »	« Ben, on est quand même cinq à la maison et on se douche tous les soirs du coup des fois ça pose un peu problème mais j'attends mon tour, mais c'est chiant certaines fois. »	« Je vis avec mes parents, dans une grande villa et mes deux sœurs, ouais du coup on est quatre nanas à la maison et du coup c'est compliqué pour l'utilisation de la salle de bain, parce qu'on n'a qu'une grande salle de bain pour les quatre, mon père en a une pour lui. Alors c'est vrai que c'est arrivé que des fois je ne puisse pas utiliser la salle de bain le matin ou le

						soir parce que ma grande sœur ne me laissait pas et sinon je devais laisser la place à ma petite sœur, du coup c'est arrivé que je parte à l'école sans avoir pu me doucher ou me laver au moins le visage, pi ça, ça m'a beaucoup pris la tête du fait que je transpirais beaucoup et j'avais aussi les cheveux qui devenaient vite gras. »
Société actuelle :	« Pour moi la Suisse c'est un pays modèle. Pour le métier que j'ai choisi (GCD) il faut avoir une hygiène irréprochable, le dernier stage que j'ai fait, j'étais avec une, elle m'a fait comprendre, mais elle m'a dit ça gentiment, je l'ai pas pris mal quand elle m'a dit ça : Lara	« Je n'ai pas le droit de prendre de douche après 22h, souvent je fais un peu au lavabo ou je me douche le matin, mais du coup ça salit le lit, et c'est un rituel. La Suisse montre qu'elle est carrée et propre. »	« Je veux faire maçon ou constructeur de routes pour ensuite faire la police. La Suisse est un pays propre, tout est propre. »	« Tout dépend le métier qu'on fait genre cuisinier, il faudra faire attention pas comme bûcheron par exemple, infirmier aussi »	« L'hygiène est importante selon les différents métiers. Les mains c'est important parce qu'on a des bactéries et du coup faut être irréprochable genre dans les EMS, hôpitaux, restauration. Par contre si on fait maçon ou des métiers comme ça	« C'est vrai qu'avec le métier que je veux faire c'est compliqué, euh je veux faire dans la vente, alors du coup, transpirer devant les clients ou avoir une mauvaise odeur ça n'aide pas... c'est pour ça que je trouve que la Suisse montre une image trop propre

	tu sens un peu la transpiration. Je pense qu'il faut avoir une bonne hygiène irréprochable, pour moi ce n'est pas sain en fait, je me vois mal sentir la transpiration. GCD, tous les autres par exemple cuisine aussi, service en salle, ménage, buanderie après y en a d'autres aussi. »				c'est moins important. »	d'elle, du coup cela se reporte sur les gens. Il faut toujours être nickel. »
Look :	« Peut-être la façon qu'on s'habille aussi, par exemple pas mettre un pull en été, on va transpirer. Si on est gothique, ils ne veulent pas se déshabiller pour prendre une douche et se rhabiller, forcément ils ne vont pas se laver, ça va leur faire chier. »	« Oui, j'avais des dreads, mais c'était pas du tout hygiénique, compliqué à laver, quand on les détache, c'est juste affreux, on ne se rend pas compte qu'on a ça sur la tête, c'est dégueulasse. Disons que j'essaie d'avoir des cheveux longs pour l'esthétique et	« Je suis métalleux. Cheveux longs, habits typiques c'est le t-shirt avec le nom du groupe, jacket avec des patchs, on a des rangers et des vestes en cuir. Mais je ne peux pas m'acheter de veste en cuir parce qu'il s'effrite avec moi. On transpire plus parce que quand on va dans un	« Jacket, pull à capuche, jeans et les écouteurs dans les oreilles. La plupart des groupes ont des règles du coup je n'aime pas suivre. Mais bon j'écoute un peu de tout, mais surtout métal, rock, classique aussi. J'ai ma propre identité. Je pense que ça peut influencer sur	« Je suis souvent en training, pull à capuche, baskets, cheveux attachés. Mais je me considère propre mais après les hippies par exemple je les trouve sales, pas appropriés, les gothiques c'est la même chose, ils donnent une image sale d'eux, on n'a pas envie de les	« Alors oui je trouve que le look a une certaine influence, ben par exemple les hippies, ils ne sont pas très propres pour moi, ils sont mal habillés et ils ont souvent des dreads dans les cheveux et ça c'est pas du tout hygiénique. On a l'impression qu'ils ne se lavent pas.



		parce que j'écoute du métal. En dehors j'ai des bottes de l'armée, pantalon militaire, t-shirt noir de métal avec un gilet, un bandana et une veste en cuir. Oui j'ai chaud avec tout ça, et ça ne sent pas bon, ça pue. »	concert et dans le public on est à peu près 700 personnes du coup ça fait transpirer et surtout avec les habits chauds. Par exemple les rappeurs vont moins transpirer que nous. Je transpire moi en étant habillé normalement. »	l'hygiène, je ne sais pas si c'est un groupe où ils se voient tout le temps. »	approcher. »	J'aurais aussi les gothiques avec leurs habits noirs, et chauds même en été et ils ont souvent les cheveux long et gras. Pas comme les gens qui travaillent dans des banques par exemple où eux ils font très propres sur eux et soignés. Alors je pense que oui, le look une influence sur l'hygiène. »
Influence groupe de pairs :	« Euh non, c'est quoi, le groupe d'amis ? Non pour moi ça n'a pas de rapport en fait. Pour moi, si j'étais comme vous venez de dire, ce genre de truc, moi je pense qu'il y aurait une très grande influence, s'ils sont hygiéniques et tout ils peuvent me dire que Lara tu ne sens	« Oui ça peut influencer sur l'hygiène, un ami qui a zéro hygiène qui ne fait pas attention à lui ou aux autres, qui peut avoir les mains sales, ce n'est pas propre pour nous, si on lui sert la main ou si on va chez lui. »	« Il pourrait influencer, des amis, si quelqu'un idolâtre quelqu'un, on va faire tout comme lui. Mais ça ne m'a pas influencé sur l'hygiène. Mais je pense que s'il avait eu une mauvaise hygiène j'aurais peut-être pu faire la même chose. »	« Je n'ai pas beaucoup d'amis ou un groupe, enfin juste au SEMO. Comme je disais, si c'est un groupe qui se voit tout le temps et du coup pas le temps pour s'occuper de soi. »	« Ça dépend quel effet de groupe, c'est-à-dire y a les gentils et les méchants. Les gentils ils ne font pas n'importe quoi par rapport aux méchants qui eux font n'importe quoi. Je suis plus dans un groupe de méchants. Je suis souvent en training mais ça c'est	« Euh, ben je ne sais pas... je pense que si on a des amis propres sur eux, bien habillés, on va vouloir faire la même chose. Je pense aussi que si on a des mauvaises fréquentations, genre qu'on traîne tous les soirs dehors, à consommer des mauvaises choses

	<p>pas très bon, pourquoi tu ne vas pas te laver machin, là je pense que ça peut avoir une influence même de perdre des amis. »</p>				<p>vraiment avec les potes ou quand j'étais à l'école mais après quand je rentre à la maison je repasse gentil. Je ne sortais pas le soir parce que je n'ai pas le droit du coup j'ai jamais été embarqué trop longtemps alors je me suis jamais laissé aller par rapport à l'hygiène. »</p>	<p>entre amis, ben du coup on va mettre de côté l'hygiène et on va plus se mettre dans quelque chose de négatif et ça va se reporter sur nous, donc oui en fait, le groupe peut influencer. »</p>
--	---	--	--	--	--	---